ERICH FROMM

Psikanaliz ve Zen-Budizm

2. Baskı

İnsan Ruhuna İki Farklı Yaklaşım

say

Erich Fromm (23 Mart 1900 – 18 Mart 1980)

Musevi kökenli, Almanya doğumlu Amerikalı antropolog, sosyal felsefeci, tarihçi ve psikanalist. 1922'de Heidelberg'de felsefe doktorasını verip Berlin Psikanaliz Enstitüsü'nde çalışmaya başlayan Fromm, otuzlu yılların başında Almanya'da Nazi hareketinin güçlenmesi üzerine önce Cenevre'ye, ardından aldığı bir davet üzerine ABD'ye göç etti. 1934-1962 yılları arasında Columbia, Yale, New York gibi üniversitelerde dersler verdi. Emekli olduktan sonra yerleştiği İsviçre'de yaşamını yitirdi.

Yazarın Say Yayınları'ndaki diğer kitapları:

- *Dinleme Sanatı*
- *Freud Düşüncesinin Büyüklüğü ve Sınırları*
- *İnsan Olmak Üzerine*
- *İnsandaki Yıkıcılığın Kökenleri*
- *İsa Dogması*
- *İtaatsizlik Üzerine*
- *Kendini Savunan İnsan*
- *Marx'ın İnsan Anlayışı*
- *Olma Sanatı*
- *Özgürlükten Kaçış*
- *Psikanalize Yeni Bir Bakış*
- *Psikanaliz ve Din*
- *Psikanalizin Bunalımı*
- *Rüyalar Masallar Mitler*
- *Sahip Olmak ya da Olmak*
- *Sigmund Freud'un Misyonu*
- *Tanrılar Gibi Olacaksınız*
- *Yeni Bir İnsan - Yeni Bir Toplum*

PSİKANALİZ ve ZEN-BUDİZM

İnsan Ruhuna İki Farklı Yaklaşım

Erich Fromm

İngilizceden çeviren:
Nurdan Soysal

say

Say Yayınları
Erich Fromm Kitaplığı

Psikanaliz ve Zen-Budizm / Erich Fromm
Özgün adı: *Psychoanalysis and Zen Buddhism*

Erich Fromm, D. T. Suzuki ve Richard de Martino tarafından kaleme alınan bu kitap, ilk kez İngilizce olarak Harper Brothers tarafından *Zen Buddhism and Psychoanalysis* başlığıyla 1960 yılında New York'ta yayımlanmıştır.

ISBN 978-605-02-0620-3
Sertifika no: 10962

İngilizceden çeviren: Nurdan Soysal
Yayın koordinatörü: Levent Çeviker
Kapak tasarımı: Artemis İren

Baskı: Assum Basım ve Mücellit
Zeytinburnu-İstanbul
Tel.: (0212) 612 00 01
Matbaa sertifika no: 42010

1. baskı: Say Yayınları, 2017
2. baskı: Say Yayınları, 2019

Say Yayınları
Ankara Cad. 22/12 • TR-34110 Sirkeci-İstanbul
Tel.: (0212) 512 21 58 • Faks: (0212) 512 50 80
www.sayyayincilik.com • e-posta: say@sayyayincilik.com
www.facebook.com/sayyayinlari • www.twitter.com/sayyayinlari

Genel dağıtım: Say Dağıtım Ltd. Şti.
Ankara Cad. 22/4 • TR-34110 Sirkeci-İstanbul
Tel.: (0212) 528 17 54 • Faks: (0212) 512 50 80
internet satış: www.saykitap.com • e-posta: dagitim@saykitap.com

İÇİNDEKİLER

Zen-Budizm ile psikanaliz ilişkilendirilirken insanın doğasıyla ilgili bir kuramla ve esenliğine ulaştıracak bir uygulamayla ilgili olan iki sistem ele alınır. Her biri sırasıyla Doğu ve Batı düşünce tarzının karakteristik ifadeleridir. *Zen-Budizm*, Hint akılcılığı ve soyutlanması ile Çin somutluğu ve gerçekçiliğinin bir karışımıdır. Zen ne kadar Doğulu ise *Psikanaliz* de o kadar Batılıdır; Batı hümanizmi ile rasyonalizminin çocuğudur ve on dokuzuncu yüzyılda rasyonalizmden sıyrılan karanlık güçleri romantik arayışın ürünüdür. Çok daha eskide Yunan bilgeliği ve İbrani ahlakı, bu bilimsel-tedaviye ilişkin yaklaşımın manevi babalarıdır.

Oysa psikanaliz ve Zen, insanın doğasıyla ve dönüşümüne yol açan bir pratikle ilgili olmalarına rağmen aralarındaki farklılıklar benzerliklerden daha ağır basar. Psikanaliz bilimsel bir yöntemdir, dinden tamamen bağımsızdır. Zen, "aydınlanmaya" erişme tekniği ve teorisi olup Batı'da dini veya mistik olarak görülebilecek bir deneyimdir. Psikanaliz ruhsal bozukluklara dair bir tedavidir, Zen ise bir tinsel kurtuluş yoludur. Psikanaliz ile Zen-Budizm arasındaki ilişkiye dair bir inceleme, aralarında köklü ve bağlantı kurulamayacak derecede farklılık bulunduğuna dair bir açıklamadan başka bizi hangi sonuca götürebilir?

Yine de psikanalistler arasında Zen-Budizm'e karşı belirgin ve artan bir ilgi mevcuttur.[1] Bu ilginin kaynağı nedir? Bunun

---

1 *Krş.* Jung'un, D. T. Suzuki'nin *Zen Budizm* adlı eserindeki Giriş bölümü (London, Rider, 1949); Fransız psikiyatrist Benoit'nın Zen-Budizm üze-

anlamı nedir? Bu makalenin amacı, bu sorulara cevap vermektir. Bu makale, Zen-Budizm düşüncesinin sistematik bir sunumunu yapma çabasında değil, bu benim bilgi ve deneyimimi aşan bir iş; ayrıca psikanalizin tam bir sunumunu da yapmaya çalışmıyor çünkü bu da bu makalenin kapsamının dışında. Bununla birlikte –bu makalenin ilk bölümünde– psikanalizin, Zen-Budizm ile ilişkisiyle yakından alakalı olup aynı zamanda Freudcu analizin bazen "hümanistik psikanaliz" diye adlandırdığım devamının temel kavramlarını yansıtan özelliklerini biraz ayrıntılı olarak vereceğim. Bu yolla Zen-Budizm etüdünün hem benim hem de –benim düşünceme göre– tüm psikanaliz öğrencileri için neden hayati önemde olduğunu göstermeyi umuyorum.

---

rine eseri The *Supreme Doctrine* (New York, Pantheon Books, 1955). Merhum Karen Horney, yaşamının son yıllarında Zen-Budizm ile yoğun bir şekilde ilgilenmiştir. Bu kitapta yayınlanan tebliğlerin sunulduğu Guernavaca/Meksika'daki konferans, psikanalistlerin Zen-Budizm'e olan ilgisinin bir başka göstergesidir. Japonya'da da, psikanaliz ile Zen-Budizm arasındaki ilişkiye duyulan hatırı sayılır bir ilgi mevcuttur. *Krş. Pschologia, An International Journal of Psychology in the Orient*, Vol I, No: 4 (1958) Koji Sato'nun "Zenin Psikoterapötik İçerimleri" adlı makalesi ve aynı sayıdaki diğer makaleler.

1

Günümüzdeki Ruhsal Bunalım ve Psikanalizin Rolü

Konumuza öncelikle, bu kritik tarihsel dönemde Batılı insanın maruz kaldığı ruhsal bunalımı ve psikanalizin bu krizdeki işlevini ele alarak başlayalım.

Batı'da yaşayan insanların çoğunluğu Batı kültürüne ait bir bunalım yaşadıklarını fark etmemelerine rağmen (son derece kritik bir durumda olan kişilerin çoğu bu krizin farkına muhtemelen hiç varmamışlardır) en azından bazı önemli gözlemciler arasında bu bunalımın varlığı ve niteliği üzerinde bir mutabakat mevcuttur. Bu, "keyifsizlik", "bıkkınlık", "zamane hastalığı" diye tarif edilen ve yaşamın sağırlaşması; insanın kendine, hemcinsine ve doğaya yabancılaşması şeklindeki bunalımdır.[2] İnsanlar, rasyonalizm kendini tam bir irrasyonalizme dönüştürene kadar onun peşinden gittiler. İnsan, Descartes'tan beri düşünceyi duygudan ayırdı; tek başına düşünce rasyonel görüldü. Duygu ise doğası gereği, irrasyonel; kişi, *ben*, yani kendimi oluşturan bir akıl ile doğa-

2 *Krş.* Kierkegaard, Marx ile Nietzsche'nin, günümüzde de varoluşçu düşünürlerin ve Lewis Mumford, Paul Tillich, Erich Kahler, David Riesman ile diğerlerinin yazıları.

yı kontrol ettiği gibi *beni* de kontrol eden bir akıl arasında bölündü. Aklın doğayı kontrol etmesi ve giderek daha fazla şey üretmek, yaşamın en önemli amaçları haline geldi. Bu süreçte insan kendini bir nesneye dönüştürdü; yaşam, mala mülke bağımlı bir hal aldı; *"sahip olmak"*, *"olmak"* üzerinde egemen oldu. Yunan ve İbrani kültürlerinden oluşan Batı kültürünün kökleri, yaşam amacını *insanın mükemmelleşmesi* olarak telakki ederken modern insan, *nesnelerin mükemmelleşmesi* ve onların nasıl yapılacağının bilgisiyle ilgileniyor. Batılı insan, duygularını yaşamakta şizoid bir acizlik halinde; dolayısıyla kaygılı, bunalımlı ve umutsuz. Hâlâ mutluluk, bireysellik, girişkenlik amaçlarını desteklermiş gibi görünüyor fakat aslında hiçbir amacı yok. Ona ne için yaşadığını, tüm uğraşlarının amacının ne oluğunu sorun, mahcup olacaktır. Bazısı ailesi için yaşadığını, diğerleri amaçlarının "eğlenmek" olduğunu ve yine bir kısmı da amaçlarının para kazanmak olduğunu söyleyebilir fakat aslında hiçbiri ne için yaşadığını bilmez; tek başına olmaktan ve güvensizlikten kaçmaktan başka bir amaçları yoktur.

Günümüzde kilise üyeliğinin eskiden olmadığı kadar arttığı, dini kitapların çok satanlar arasına girdiği ve önceden olmadığı kadar çok kişinin Tanrı'dan söz ettiği doğru. Yine de bu tür dini uğraşlar, sadece son derece materyalist ve din dışı davranışları örtbas eder ve Nietzsche'nin ünlü "Tanrı öldü!" sözüyle nitelediği on dokuzuncu yüzyılın eğilimine karşı – güvensizlik ve törelere uymacılığın neden olduğu– ideolojik bir tepki olarak düşünülmelidir. Gerçek dini davranışlarla herhangi bir ilgisi yoktur.

On dokuzuncu yüzyılda teist görüşlerin terk edilmesi –bir açıdan bakıldığında– önemsiz bir başarı değildi. İnsan, tarafsızlığa büyük ve cesur bir adım atmıştı. Dünyanın, evrenin merkezi olduğu görüşü son bulmuş; insan, kaderini Tanrı'nın diğer yaratıklara hükmetmesi için belirlediği yara-

tık rolünü kaybetmişti. İnsanın gizli motivasyonlarını yeni bir tarafsızlıkla inceleyen Freud, mutlak güce sahip, her şeyi bilen bir Tanrı'ya duyulan inancın köklerinin, insanın varoluşunun acizliğine ve yardım eli uzatan bir anne-babaya, yani cennetteki Tanrı'ya inanmak suretiyle bu acizliğiyle başa çıkmaya çalışmasına dayandığını fark etmişti. İnsanın kendini sadece kendisinin kurtarabileceğini görmüştü; önemli öğretmenlerin öğretilerinin, ebeveynlerinin, arkadaşlarının ve sevdiklerinin sevgi dolu yardımlarının da faydası olabilirdi fakat ona sadece varoluşun zorluğunu kabullenmeye cesaret etmesine ve tüm gücü ve bütün kalbiyle ona tepki göstermesine yarayabilirdi.

İnsan, ailevi yardımcı olarak babacan bir Tanrı yanılsamasından vazgeçti fakat tüm büyük hümanist dinlerin hakiki amaçlarından da elini eteğini çekti. Yani, bencil benliğin sınırlamalarını aşmaktan, sevgiye, tarafsızlığa ve tevazua erişmekten ve yaşamın amacının onu olduğu gibi yaşamak olup, insanın potansiyel olarak gerçekte olduğu hale geldiği bir hayata saygı göstermekten vazgeçti. Bunlar, büyük Batı dinlerinin olduğu gibi, büyük Doğu dinlerinin de amaçlarıydı. Bununla birlikte Doğu, tektanrılı dinlerin özlemlerini dışa vuran aşkın bir Baba-Mesih kavramıyla yüklenmemişti. Taoculuğun ve Budizm'in, Batı dinlerininkinden daha üstün bir akılcılığı ve gerçekçiliği vardı. İnsanı gerçekçi ve tarafsız şekilde görebilirlerdi, "bilinçlenmiş" kişilerden başka yol gösteren yoktu ve insana yol gösterilebilirdi çünkü her kişinin kendi içinde uyanma ve aydınlanma kapasitesi zaten vardı. Doğu dinsel düşüncesinin, Taoculuk ve Budizm'in –ve ikisinin Zen-Budizm içindeki karışımının– günümüzde Batı dünyası için böyle önem taşımasının nedeni budur. Zen-Budizm, insanın varoluşuna ilişkin sorusuna cevap bulmasına yardımcı olur. Bu cevap, Yahudi-Hıristiyan geleneğinde verilenle temelde aynı olup yine de modern insanın değerli kazanımları

olan akılcılıkla, gerçekçilikle ve bağımsızlıkla çelişmeyen bir cevaptır. Çelişkili biçimde, Doğu'nun dini düşüncesi, Batı'nın akılcı düşüncesine Batı'nın dini görüşünden çok daha uyumludur.

2

Freud'un Psikanaliz Kavramlarındaki Değerler ve Hedefler

Psikanaliz, Batılı insanın ruhsal bunalımının karakteristik bir dışavurumu ve bir çözüm bulma girişimidir. Bu, psikanalizin daha yeni oluşumları olan "hümanist" ya da "varoluşçu" analizde belirgindir. Fakat kendi "hümanist" kavramımı ele almadan önce, yaygın olarak inanılan varsayımın aksine, Freud'un kendi sisteminin "hastalık" ve "tedavi" kavramını aşıp, sadece ruhsal bozukluğu olan hastalar için terapi olmaktan ziyade insanın kurtuluşuyla ilgili olduğunu göstermek istiyorum. Yüzeysel olarak bakıldığında Freud, ruhsal bozukluk için yeni bir tedavinin yaratıcısı olarak gözükür ki bu, onun esas ilgisini yönelttiği ve hayatı boyunca gösterdiği çabalarını adadığı ana fikirdi. Bununla birlikte, daha yakından bakarsak, nevrozun tedavisini amaçlayan bu tıbbi terapi kavramının gerisinde Freud'un nadiren ifade ettiği ve muhtemelen kendisinin bile nadiren farkına vardığı tamamen farklı bir etki buluruz. Bu gizli ya da sadece üstü örtülü kavram, öncelikle ruhsal bozukluğun tedavisiyle değil, hastalık ve tedavi kavramını aşan bir şeyle ilgiliydi. Bu şey neydi? Oluşturduğu bu "psikanalitik hareketin" mahiyeti neydi? Freud'un insanın geleceği konusundaki vizyonu neydi? Hareketinin temelinde yatan dogma neydi?

Freud, bu soruyu belki de en açık şekilde şu cümleyle cevaplamıştır: "Alt bilincin olduğu yerde ego da (benlik) olacaktır." Amacı, mantıksız ve bilinçsiz tutkulara akılla hükmetmekti; insanın, imkânları dahilinde alt bilincin etkisinden özgürleşmesiydi. İnsan, kendi içindeki bilinçsiz güçlere hükmetmek ve kontrol altına almak için onlardan haberdar olmalıydı. Freud'un hedefi, hakikat hakkında en yerinde bilgi, yani gerçeğin bilgisiydi; bu bilgi, insanın bu dünyada sahip olduğu yegâne esin kaynağıydı. Bu amaçlar, rasyonalizmin, aydınlanma felsefesinin ve püriten ahlakın geleneksel amaçlarıydı. Fakat din ve felsefe, bu öz denetim amaçlarını *ütopik* bir yol denilebilecek bir şey olarak farz ederken Freud, bu amaçları *bilimsel* bir temele (alt bilincin keşfedilmesiyle) oturtan –ya da öyle olduğuna inanan– ve böylece bunların gerçekleşmesinin yolunu gösteren ilk kişiydi. Freud, Batı rasyonalizminin doruğa erişmesini temsil ederken, aynı zamanda rasyonalizmin sahte akılcı ve yüzeysel iyimser yönlerini yenmesi ve on dokuzuncu yüzyılda insanın mantıksız ve duygusal yanına olan ilgisi ve saygısıyla rasyonalizme karşı çıkan romantizm hareketiyle bir sentez oluşturması da onun üstün yeteneğiydi.[3]

Freud, bireyin tedavisine ilişkin olarak, felsefi ve etik amaçla da genelde düşünüldüğünden daha fazla ilgiliydi. *Psikanalize Giriş Dersleri*'nde belirli mistik uygulamaların, kişiliğin içinde temel bir dönüşüm oluşturmak üzere yaptığı girişimlerden söz eder. "Psikanalizin iyileştirme çabalarının," diye devam eder, "benzer bir yaklaşım noktası seçmiş olduğunu kabul etmeliyiz. Amacı, Benliği güçlendirmek, onu Üst

3 Freud'un oluşturduğu psikanalitik hareketin sözde dini karakterinin ayrıntıları için, *Sigmund Freud's Mission*, World Perspective Series, ed. R. N. Anshen (New York, Harper, 1959) adlı kitabıma bakınız. [*Sigmund Freud'un Misyonu*, çev. Orhan Düz, Say Yayınları, 2017. –ed.]

Benlikten daha bağımsız hale getirip, gözlem alanını genişleterek Alt Benliğin yeni kısımlarını kendine mal edebilmesini sağlamaktır. Alt Benliğin olduğu yerde Benlik de olacaktır. Bu, Zuyder Zee'nin ıslahı[4] gibi, kültürün bir eseridir." Aynı anlayışla, psikanalitik terapiden, "*insanoğlunun* nörotik semptomlarından, ket vurmalarından ve karakter anormalliklerinden *kurtulmasına*" bağlı olduğunu söyler.[5] Analistin rolünü, hastayı "tedavi eden" doktorun rolünü aşan bir seviyede görür. "Analist," der, "belli analitik durumlarda hasta için bir *model* oluşturacaksa ve diğer durumlarda da onun *öğretmeni* gibi davranacaksa bir anlamda üstün bir pozisyonda olmalıdır."[6] Freud, "Son olarak da," der, "analist ile hasta arasındaki ilişkinin bir *hakikat sevgisine* dayandığını, yani gerçeğin, kabullenildiğinde her tür *sahteliği* ve *yanıltmacayı* önlediğini unutmamalıyız."[7]

Freud'un psikanaliz kavramında geleneksel hastalık ve tedavi nosyonunu aşan başka faktörler vardır. Doğu düşünce tarzına, özellikle de Zen-Budizm'e aşina olanlar, bahsedeceğim faktörlerin Doğu zihniyetinin kavram ve düşüncelerinden ayrı olmadığını fark edeceklerdir. Burada sözü edilmesi gereken ilk prensip, Freud'un *"bilgi, dönüşüme yol açar"* kavramıdır, yani teori ve pratik birbirinden ayrılmamalıdır, kişi *kendini bilme* davranışı içinde kendi kendini *dönüştürür.* Bu görüşün, bilginin teorik bilgi olarak kalıp, bilen kişi için dönüştürücü bir rol oynamadığı, Freud'un ya da bizim zamanımızdaki bilimsel psikoloji kavramlarından ne kadar farklı olduğunu vurgulamanın neredeyse hiç gereği yok.

---

4 Hollanda'nın güneyindeki deniz girintisinin barajlar ve kanallar ile ıslahı. (çev.)

5 "Analysis Terminable and Unterminable," *Collected Papers* (Tebliğlerden Derlemeler), Hogarth Press, V, 316 (İtalikler bana aittir –E. F.)

6 Adı geçen eserde, s. 351. (İtalikler bana aittir –E. F.)

7 Adı geçen eserde, s. 352. (İtalikler bana aittir –E. F.)

Freud'un yöntemi, yine bir başka yönde de Doğu düşünce tarzıyla, özellikle de Zen-Budizm ile yakın ilişki içindedir. Freud, modern Batılı bireyin özelliği olan bilinçli düşünce sistemimize büyük değer biçilmesine katılmıyordu. Aksine, bilinçli düşünce sistemimizin içimizde süregelen ruhsal sürecin bütününün küçük bir kısmı olduğuna ve aslında, içimizdeki karanlık, mantıksız ve aynı zamanda da bilinçsiz olan bu kaynakların muazzam gücüyle kıyaslandığında, önemsiz bir parçası olduğuna inanıyordu. Freud, kişinin gerçek doğasının içyüzünü anlama arzusu içinde, *serbest çağrışım* metodunu kullanarak bilinçli düşünce sisteminin üstesinden gelmek istiyordu. Serbest çağrışım, mantıklı, bilinçli ve geleneksel düşünceyi baypas edecekti. Kişiliğimizin yeni bir kaynağına, yani bilinçdışına götürecekti. Freud'un bilinçdışının *içeriğine* hangi eleştiriler yapılmış olursa olsun, mantıklı düşünceye karşı serbest çağrışımı vurgulamakla Batı dünyasının geleneksel akılcı düşünce tarzını temel bir noktada aştığı ve çok daha ileriye giden ve çok daha köklü bir şekilde Doğu düşüncesine doğru ilerlediği gerçeği değişmez.

Freud'un çağdaş Batılı tutumdan tamamıyla farklı olduğu bir nokta daha vardır. Burada, bir kişiyi bir, iki, üç, dört, beş hatta daha çok yıllar boyunca analiz etme isteğini kastediyorum. Aslında Freud'un çok fazla eleştiri almasının sebebi de bu prosedür olmuştur. Tabii ki, mümkün olduğunca etkili bir analiz yapmaya çalışılabilir fakat burada vurgulamak istediğim nokta, Freud'un, bir kişinin kendisini anlamasına yardımcı olmak için yıllarını anlamlı bir şekilde harcayabildiğini söylemeye cesaret etmiş olmasıdır. Fayda açısından, kâr-zarar açısından bunun pek anlamı yoktur. Kişideki bir değişikliğin *toplumsal etkisi* düşünüldüğünde öyle uzun bir analiz ile harcanan vakte değmediği söylenebilir. Freud'un yöntemi ancak, kişi modern "değer" kavramını, amaçlarla araçlar arasındaki

düzgün ilişki kavramını, deyim yerindeyse bilanço kavramını aşmışsa bir anlam ifade eder. Eğer kişi bir insanın hiçbir *şeyle* eşit ölçekte değerlendirilemeyeceği, insanın kurtuluşunun, esenliğinin, aydınlanmasının ya da kullanılacak herhangi bir terimle ifade edilen bu şeyin kendi içindeki "en nihai meselesi" olduğu görüşündeyse, bu amaç nicel terimlerle ölçülecek bir zaman ya da parayla ilişkilendirilemez. Bu kapsamlı meseleyi bireye ima eden bir yöntem geliştirme vizyonuna ve cesaretine sahip olmuş olmak, geleneksel Batı düşünce tarzını önemli bir yönden aşan bir davranışın göstergesiydi.

Yukarıdaki yorumlar, Freud'un Doğu düşüncesine veya özellikle Zen-Budizm'e bilinçli bir niyetle yakın olduğunu ima etmek amacını taşımaz. Önceden sözünü ettiğim unsurların birçoğu, Freud'un zihninde belirgin olmaktan ziyade örtük, bilinçli olmaktan ziyade bilinçsizdir. Freud, Zen-Budizm'de dışa vurulan Doğu düşüncesine aşina olsa bile, ziyadesiyle Batı uygarlığının, özellikle de on sekizinci ve on dokuzuncu yüzyıl düşünce tarzının çocuğuydu. Freud'un kafasında canlandırdığı insan tanımı, on sekizinci ve on dokuzuncu yüzyıl ekonomistleri ile düşünürlerinin geliştirdiği bir görünümün özelliklerini taşıyordu. Onlar insanı temelde rekabetçi, yalnız ve ancak ekonomik ve içgüdüsel ihtiyaçların giderilmesi için karşılıklı alıp verme gerekliliği durumunda başkalarıyla ilişki kuran bir varlık olarak telakki ediyorlardı. Freud için insan, libidonun yönlendirdiği ve libidonun uyarımını asgaride tutma ilkesine göre düzenlenmiş bir makineydi. Freud, insanı özünde bencil ve ancak içgüdüsel arzuların giderilmesi için karşılıklı gereklilik oluşması durumunda ilişki kuran bir varlık olarak görüyordu. Freud'a göre zevk, hazzın yaşanması değil, gerilimin boşaltılmasıydı. İnsan, aklı ve duyguları arasında bölünmüş görünüyordu; bütün-insan değildi, aydınlanmacı düşünürlerin akıl-benli-

ğiydi. Kardeşçe sevgi, mantıksız bir talepti, gerçeğe aykırıydı; çocukça narsisizme gerilemenin mistik deneyimiydi.

Göstermeye çalıştığım şey, Zen-Budizm ile olan bu çelişkilerine karşın yine de Freud'un sisteminde, alışıldık hastalık ile tedavi kavramlarını ve bilinç kavramının akılcı unsurlarını aşan, Zen-Budist düşüncesiyle çok daha doğrudan ve olumlu bir benzerliği olan psikanalizin daha ileriye gitmesine yol açan öğeler olduğudur.

Yine de, bu "hümanist" psikanaliz ile Zen-Budizm arasındaki bağlantıyı incelemeye geçmeden önce, psikanalizin daha fazla ilerleyişini anlamakta esas olan bir değişime, analiz için gelen hasta türlerindeki değişim ve ortaya koydukları sorunlara dikkat çekmek istiyorum.

Bu yüzyılın başında psikiyatriste giden insanlar çoğunlukla semptomlardan mustarip kişilerdi. Felçli kolu olanlar veya yıkanma içtepisi gibi saplantılı semptomlar gösterenler vardı ya da kurtulamadıkları saplantılı düşüncelerden mustariptiler. Başka bir deyişle, "hastalık" kelimesinin tıpta kullanıldığı anlamda hastalardı; toplumda normal insan denilen kişilerin faaliyette bulundukları gibi davranamıyorlardı. Çektikleri dert bu idiyse tedavi kavramı hastalık kavramıyla uyuşuyordu. Bu semptomlardan kurtulmak istiyorlardı ve kafalarındaki "sağlıklı" kavramının tanımı "hasta olmamaktı". Ortalama bir birey kadar iyi olmak istiyorlardı ya da, şöyle de diyebiliriz, toplumumuzdaki ortalama bireyden daha mutsuz ve huzursuz olmamayı istiyorlardı.

Bu insanlar yardım almak için hâlâ psikanaliste gelmekteler, onlar için psikanaliz hâlâ semptomlarından kurtulmalarını ve toplumsal faaliyette bulunabilmelerini amaçlayan bir tedavi. Fakat bir zamanlar psikanalistin danışanlarının çoğunluğunu oluştururken günümüzde azınlık olmuşlardır. Bu, belki de o zamana kıyasla günümüzde salt sayılarının azalmış olmasından değil, toplumsal olarak faaliyette bulunabilen, alı-

şıldık anlamda hasta olmayıp yukarıda bahsettiğim "zamane hastalığından", keyifsizlikten, içsel duyarsızlıktan mustarip olan çoğu yeni "hastanın" sayısıyla kıyaslandığında görece düşük kalmasından kaynaklanmıştır. Bu yeni "hastalar" psikanaliste gerçekte neden mustarip olduklarını bilmeden gelirler. Bunalımda olmaktan, uykusuzluktan, evliliklerinde mutsuz olduklarından, işlerinden hoşlanmamaktan ve bir sürü benzer dertten şikâyet ederler. Genelde sorunlarının belirli o veya bu semptom olduğunu ve bu dertten kurtulurlarsa iyi olacaklarını sanırlar. Bununla birlikte bu hastalar, genellikle sorunlarının depresyon, uykusuzluk, evlilik ya da iş sorunu olmadığını göremezler. Bu çeşitli şikâyetler, yalnızca kültürümüzün dışa vurmaya izin verdiği daha derinde yatan bir şeyin bilinçli formudur ve o ya da bu semptomdan mustarip olduğuna bilinçli bir şekilde inanan çeşitli kişilerde ortaktır. Ortak dert, kendine, hemcinsine, doğaya yabancılaşmaktır; hayatın avcundan kum gibi akıp gittiğinin ve hayatı yaşamadan öleceğinin farkındalığıdır; bolluk içinde yaşayıp yine de mutsuz olmaktır.

Psikanalistin "zamane hastalığı" çekenlere sunabileceği yardım nedir? Bu yardım, toplumsal olarak faaliyette bulunamayanlara sunulan semptomları ortadan kaldırmaya dayalı "tedaviden" farklıdır ve öyle de olmalıdır. Yabancılaşmadan mustarip olanlar için tedavi, *hastalığın yokluğuna* dayalı değil, *esenliğin varlığına* dayalıdır.

Yine de, esenliği tarif edecek olursak, hatırı sayılır güçlüklerle karşılaşırız. Freudcu sisteme bağlı kalırsak esenlik, libido kuramı terimleriyle, tam bir üreme fonksiyonu kapasitesi ya da farklı bir bakış açısına göre, gizli Oedipus durumunun farkındalığı olarak kanımca insan varoluşuyla ilgili gerçek sorununa ve bütünlük içindeki insanın esenlik kazanımına sadece teğet geçen tanımlarla belirtilmelidir. Esenlik sorununa herhangi kesin olmayan bir cevap verme çabası, Freudcu

referans çerçevesini aşıp hümanist psikanalizin altında yatan temel insan varoluşu kavramının, olması gerektiği gibi, sonuca varmamış bir tartışmasına yol açmalıdır. Psikanaliz ile Zen-Budizm arasındaki karşılaştırmanın temelini ancak bu yolla atabiliriz.

3

Esenliğin Niteliği – İnsanın Ruhsal Evrimi

Esenliğin tanımı için ilk yaklaşım şöyle ifade edilebilir: *Esenlik, insanın doğasıyla uyum içinde olmasıdır.* Bu şekilsel ifadenin ötesine gidersek şu soru ortaya çıkar: İnsanın varoluş koşullarına uygun olması nedir? Bu koşullar nelerdir?

İnsanın varoluşu bir soru doğurur. İnsan bu dünyanın içine iradesi dışında atılır ve yine bu dünyadan iradesi dışında uzaklaştırılır. İçgüdülerinin "içinde var olan" yaşadığı çevreye uyarlanma mekanizmasıyla tamamen doğada yaşayan hayvanın aksine insanda bu içgüdüsel mekanizma bulunmaz. O, yaşamını *yaşamalı,* yaşamı *onu yaşamamalıdır.* Doğanın içindedir ama doğayı aşar; kendine dair farkındalığı vardır ve ayrı bir birey olmasına dair bu farkındalığı, onun kendini dayanılmaz şekilde tek başına, kaybolmuş ve güçsüz hissetmesine neden olur. Doğmuş olma olgusunun kendisi bir soru doğurur. Doğum anında hayat insana bir soru sorar, o bu soruyu cevaplamalıdır. Bu soruyu her an cevaplamalıdır; bunu zihni değil, bedeni değil, *o,* düşünen ve hayal eden, yiyen ve uyuyan, ağlayan ve gülen *bütün-insan* cevaplamalıdır. Hayatın insana yönelttiği bu soru nedir? Bu soru şudur: Istırabın, hapsedilmenin ve ayrılık deneyiminin yarattığı utancın üstesinden nasıl gelebiliriz; kendi içimiz-

deki birliği, hemcinsimizle, doğayla birliği nasıl bulabiliriz? İnsan bu soruya bir şekilde cevap vermelidir: Delilikte bile kendi dışımızdaki gerçekliği yok ederek, tamamen kendi kabuğumuzun içinde yaşayarak, böylece ayrılık korkusunu yenerek bu soruya cevap veririz.

Soru her zaman aynıdır. Buna rağmen *birkaç cevap*, ya da temelde sadece iki cevap vardır. Bunlardan biri, ayrılığın üstesinden gelmek ve farkındalık oluşmadan önce, yani insanın doğumundan önce var olan birlik haline geri giderek birliği bulmaktır. Diğer cevap ise, *tam olarak doğmuş olmak*, kişinin farkındalığını, mantığını, sevme kapasitesini benmerkezci katılımını aşıp, dünyayla yeni bir ahenge, yeni bir birliğe ulaşacağı noktaya kadar geliştirmektir.

Doğum derken, genelde insan bebeğinin ana rahmine düşmesinden dokuz ay sonra gerçekleşen fizyolojik doğum eylemini kastederiz. Oysa bu doğumun önemi birçok şekilde fazla büyütülür. Bir haftalık bebeğin hayatı önemli açılardan, yetişkin bir erkeğin ya da kadının varoluşundan ziyade rahim içi bir varoluşa benzer. Yine de doğumun benzersiz bir yanı vardır: Göbek bağı kesilir ve bebek ilk faaliyetine, nefes almaya başlar. O andan itibaren bağların kopması ancak hakiki faaliyetin bu kopuşa eşlik ettiği dereceye kadar mümkündür.

Doğum, tek bir hareket değil, bir süreçtir. Hayatın amacı, tam olarak doğmuş olmaktır; buna rağmen çoğumuzun bu şekilde doğmadan önce ölmesi, işin trajik yanıdır. Yaşamak, her dakika doğmaktır. Doğum durunca ölüm gerçekleşir. Hücresel sistemimiz, fizyolojik olarak aralıksız bir doğum süreci içindedir, bununla birlikte çoğumuz fizyolojik olarak belli bir noktada doğmayı durdururuz. Bazıları tamamen ölü doğar: Fizyolojik olarak yaşamayı sürdürürken zihinsel olarak ana rahmine, toprağa, karanlığa, ölüme geri dönme özlemi içindedirler; onlar deli ya da neredeyse delidir. Diğer birçok kişi,

hayat yolunda ilerler. Yine de deyim yerindeyse, göbek bağını tam olarak kesemezler; anneye, babaya, aileye, ırka, ülkeye, statüye, paraya, tanrılara, vs. simbiyotik olarak bağlı kalırlar; kendileri olarak asla tamamen meydana çıkmazlar, dolayısıyla asla tam olarak doğmuş hale gelemezler.[8]

Varoluş sorusunu cevaplamak için geriye dönme girişimi, farklı biçimlerde görülebilir; hepsinin ortak noktası, ister istemez başarısızlıkla sonuçlanıp ıstıraba yol açmalarıdır. İnsan, insan-öncesi, doğayla olan cennet gibi birliğinden ayrıldıktan sonra bir daha asla geldiği yere geri dönemez; ateşli kılıçlarıyla iki melek, onun geri dönüşünü engeller. Geri dönüş

---

8 İnsanın ana babaya bağımlılıktan tam bağımsızlık ve aydınlanma noktasına kadarki evrimi, Meister Eckhart'ın *The Book of Benedictus* adlı eserinde güzelce betimlenmiştir:

"İlk evrede içsel ya da yeni insan, der St. Augustine, iyi ve dindar insanların ayak izlerini takip eder. O, hâlâ annesinin göğsündeki bebektir.

İkinci evrede, iyi insanların bile örneklerini körü körüne izlemez. Akla yatkın emirleri, tanrısal öğütleri ve kutsal bilgeliği yakından takibe başlar. İnsana sırtını, Tanrı'ya yüzünü döner: Ana kucağından ayrılıp, kutsal Babasına gülümser.

Üçüncü evrede, annesinden giderek ayrılır, kucağından daha da uzaklara gider. İlgiden kaçar, korkuyu başından savar. Tanrı'ya olan sevgisinde onunla o kadar meşguldür, iyilik yapmakla o kadar uğraşır ki, herkese fütursuzca acımasız ve adaletsiz davranabilir ama bundan tatmin olmaz: Tanrı ona kesin bir mutluluk, kutsallık ve sevgi vermiştir, Tanrı'ya benzemeyen ve yabancı olan her şey ona değersiz ve itici gelir.

Dördüncü evrede, giderek büyür ve sevgiyle Tanrı'nın içinde kök salar. Her tür mücadeleyi, denemeyi, güçlüğü veya çileyi hoş görmeye her daim hazırdır, hem de isteyerek, mutlulukla ve sevinçle hazırdır.

Beşinci evrede, en yüce kutsal bilgeliğin bütünlüğünün tadını çıkararak huzur bulur.

Altıncı evrede, Tanrı'nın ebedi niteliği biçimini bozmuş ve dönüştürmüştür. Tam mükemmelliğe erişmiş, geçici şeylerden, maddi hayattan bihaber olarak Tanrı imajına çekilir, nakledilir ve Tanrı'nın çocuğu haline gelir. Daha ileri ve daha üst bir evre yoktur. Bu, ebedi huzur ve saadettir. İçsel ve yeni insanın sonu ebedi hayattır." *Meister Eckhart*, C. De B. Evans çevirisi (London, John M. Watkins, 1952), II, 80-81.

ancak, ölümde veya delilikte gerçekleşebilir; yaşarken ve akıl sağlığı yerindeyken olamaz.

İnsan, bu geriye yönelik birliği, aynı zamanda patolojinin ve akıldışılığın da çeşitli seviyeleri olan farklı düzeylerde bulmaya çabalar. Ana rahmine, toprak anaya, ölüme dönme arzusu onu ele geçirebilir. Bu amaç, yegâne amaç ise ve denetimsizse sonuç ya intihardır ya da delilik. Birliğin geriye yönelik arayışının daha tehlikesiz ve daha az marazi bir biçimi, annenin göğsüne veya eline ya da babanın buyruklarına bağlı kalma amacıdır. Bu değişik amaçlar arasındaki farklar, çeşitli kişilikler arasındaki farklara işaret eder. Annesinin göğsünde kalan, daima bağımlı bir süt kuzusudur; sevildiği, ilgilenildiği, korunduğu ve hayranlık duyulduğunda mutluluk duyar, daima seven annesinden ayrılma tehlikesi karşısında ise dayanılmaz kaygılarla dolar. Babanın buyruklarına bağlı kalan kişi, epey girişkenlik ve faaliyet geliştirse bile bu, emirler veren, öven ve cezalandıran bir otoritenin var olması koşuluyla gerçekleşir. Geriye yönelik uyum sağlamanın bir başka şekli yıkıcılıkta, ayrılığın üstesinden herkesi ve her şeyi yok etme tutkusuyla gelme amacında yatar. Kişi onu, her şeyi ve herkesi yiyip bitirerek bünyesine katma arzusuyla, yani dünyayı ve içindeki her şeyi besin gibi görerek ya da tek bir şey –kendisi– haricinde her şeyi yok ederek arayabilir. Yine ayrılık ıstırabını iyileştirme çabasının bir diğer biçimi de kişinin kendi benliğini ayrı, güçlendirilmiş, yıkılamaz "bir şey" olarak oluşturmasıdır. O zaman kişi kendini, kendi malı, kendi gücü, kendi itibarı, kendi aklı olarak görür.

Bireyin geriye yönelik birlikten doğuşu ile narsisizmin yavaş yavaş yenilmesi birlikte gelir. Doğumdan kısa süre sonra bebekte, kendisi dışında var olan gerçekliğin duyum anlamında bir farkındalığı bile yoktur; o, annenin göğsü ve meme ucu hâlâ birdir; kendini, herhangi bir özne-nesne ayrımının gerçekleşmesinden *önceki* hal içinde bulur. Bir

süre sonra her çocukta bir özne-nesne ayrımı oluşur fakat bu ancak ben ve ben olmayan arasındaki farkın farkındalığı anlamındadır. Fakat *duygusal* anlamda, narsistçe her şeyi bilme ve her şeye kadir olma tutumunun üstesinden gelmek için tam olgunluğun –tabii bu evreye erişilmesi kaydıyla– oluşması gerekir. Bu narsist tutumu çocukların ve nevrotik kişilerin davranışlarında açıkça gözlemleriz, fakat bu davranışlar ilkinde çoğunlukla bilinçli, ikincisinde ise bilinçsizdir. Çocuk, gerçeği olduğu şekliyle değil, olmasını istediği şekliyle kabul eder. Kendi arzularının içinde yaşar ve gerçeği, olmasını istediği şekliyle görür. İsteği gerçekleştirilmezse öfkelenir ve öfkesinin fonksiyonu, dünyayı (anne-babası aracılığıyla) isteğine uyması için zorlamaktır. Çocuğun normal gelişiminde bu tutum, yavaşça gerçeğin yasalarının, dolayısıyla gerekliliğinin farkında olan olgun davranışa doğru değişim gösterir. Nevrotik kişide bu noktaya erişmediğini ve gerçeği narsistçe yorumlamaktan vazgeçmediğini her zaman görürüz. Gerçeğin kendi fikirlerine uymak zorunda olduğu konusunda ısrar eder, bunun böyle olmadığını anladığında da ya gerçeği, kendi isteklerine uyması (yani, imkânsızı yapması) konusunda zorlama dürtüsüyle ya da güçsüzlük hissiyle tepki verir çünkü imkânsız olanı gerçekleştiremez. Kişinin sahip olduğu özgürlük nosyonu, kendisi farkında olsa da olmasa da, narsist bir her şeye kadir olma nosyonudur. Oysa tam olarak gelişmiş bir kişinin özgürlük nosyonu, gerçeği ve onun yasalarını kabullenip, gereklilik yasaları dahilinde hareket etmek, dünyayı kendi duygu ve düşüncelerinin gücünü kavrayarak kendini dünyayla üretken bir şekilde ilişkilendirmektir.

Bu farklı amaçlar ve onlara ulaşma yöntemleri aslında *düşünce*nin farklı sistemleri değildir; *olma*nın farklı yöntemleridir, hayatın bütünlük içindeki insana sorduğu sorunun farklı cevaplarıdır. Bunlar, dinin tarihçesini oluşturan çeşitli dini sistemlerde verilen cevapların aynılarıdır. İlkel yamyamlıktan

Zen-Budizm'e kadar, insan ırkı, varoluş sorusuna sadece birkaç cevap vermiştir ve her insan kendi yaşamı içerisinde, verdiği cevabın farkında olmadığı halde bu cevaplardan birini verir. Bizim Batı kültürümüzde herkes, Hıristiyanlığın, Yahudiliğin veya aydınlanmış ateizmin cevabını verdiğini *sanır.* Hal böyleyken eğer herkesin zihinsel röntgenini çekebilseydik çok fazla yamyamlık taraftarı, pek çok toteme tapan, çok fazla sayıda çeşitli putlara tapan kişilerle birkaç Hıristiyan, Yahudi, Budist ve Taocu bulurduk. Din, insan varoluşunun biçimselleştirilmiş ve ayrıntılı cevabıdır, bilinçli bir şekilde ve diğerleriyle ayinler vasıtasıyla paylaşılabildiği için en geri din bile başkalarıyla paylaşım sayesinde bir emniyet ve akla yatkınlık duygusu yaratır. Bu paylaşılmadığında, geriye yönelik arzular, bilince ve mevcut kültürün taleplerine ters düştüğünde gizli, bireysel "din" bir nevroz haline gelir.

Münferit bir hastayı –ya da herhangi bir insanı– anlamak için, onun varoluş sorusuna cevabının ne olduğunu bilmek, ya da farklı bir şekilde ifade etmek gerekirse, sırrının, bireysel dininin ne olduğunu tüm çabalarının ve tutkularının neye adandığını bilmek gerekir. Kişinin "psikolojik sorunlar" olarak düşündüğü çoğu şey, sadece temel "cevabının" ikincil sonuçlarıdır, dolayısıyla bu temel cevap –sırrı, kişisel dini– anlaşılmadan bu sorunları "tedavi etmeye" çalışmak tersine yararsızdır.

Şimdi esenlik meselesine dönersek, şimdiye kadar söylenenlerin ışığında onu nasıl tanımlamalıyız?

Esenlik, aklın tam gelişmiş olduğu duruma ulaşmış olma halidir: Akıl, salt zihinsel muhakeme anlamında değil, hakikati, (Heidegger'in –olmaya bırakılmış kavramı ile ilgili– terimini kullanırsak) "her şeyi olduğu gibi bırakarak" idrak etmek anlamındadır. Esenlik, ancak kişinin narsisizmini yendiği dereceye kadar; kişinin açık, karşılık veren, duyarlı, uyanık ve boş (Zen düşüncesinde) olabildiği dereceye kadar

mümkün olabilir. Esenlik, insanla ve doğayla duygusal açıdan tam olarak ilgili olmak, ayrılığı ve yabancılaşmayı yenmek, var olan her şeyle birlik duygusuna erişmek, hal böyleyken *kendimi*, aynı zamanda *ben* olduğum ayrı bir varlık, bir birey olarak görmek demektir. Esenlik tam olarak doğmuş olmak, kişinin potansiyelindeki kişi haline gelmesi demektir; mutluluk ve keder için tam kapasiteye sahip olmak veya bir başka deyişle, ortalama insanın içinde yaşadığı yarı uyku halinden uyanmak ve tam olarak uyanık olmaktır. Hepsi buysa, yaratıcı olmak da demektir; yani, kendime, başkalarına, var olan her şeye tepki ve karşılık vermektir; bütünlük içindeki gerçek insan olarak benim, herkesin ve her şeyin gerçekliği olarak ona tepki ve karşılık vermemdir. Bu gerçek karşılık verme eyleminde yaratıcılık alanı, dünyayı olduğu gibi görme alanı *ve* dünyayı *kendi* dünyam gibi hissetme alanı bulunur. Dünya, benim yaratıcı idrakimle yaratılmış ve dönüştürülmüştür, böylece o dünya, "ta ötedeki" yabancı dünya olmaktan çıkarak benim dünyam haline gelir. Son olarak da esenlik, kişinin Benliğini (Egosunu) bırakması, hırstan vazgeçmesi, Egosunu koruma ve yükseltme peşinde koşmayı bırakması, sahip olma, koruma, gıpta etme, kullanma değil de, *olma* eylemi içinde kendini yaşamasıdır.

Yukarıdaki yorumlarda, bireydeki ve dinin tarihçesindeki paralel gelişmeyi göstermeye çalıştım. Bu bildirinin psikanaliz ile Zen-Budizm arasındaki ilişkiyle ilgili olması olgusu açısından, en azından dini gelişmenin bazı psikolojik yanlarını daha fazla detaylandırmanın gerekli olduğunu düşünüyorum.

İnsana, kendi varoluşunun gerçeği tarafından bir soru sorulduğunu ve bu sorunun kendi içindeki çelişkiden doğduğunu –doğanın içinde olmak ve aynı zamanda kendisinin farkında olan yaşam olduğu gerçeği sayesinde doğayı aşmak– söylemiştim. Kendisine yöneltilen bu soruyu dinleyip bu

soruyu cevaplamayı, hem de sadece düşünceler yoluyla değil, bütünlük içinde biri olarak cevaplamayı en önemli meselesi haline getiren herhangi bir insan "dindar" bir insandır; bu cevapları vermeye, öğretmeye, nakletmeye çalışan bütün sistemler de "dinlerdir". Öte yandan, varoluşsal soruya sağır kalmaya çalışan herhangi biri –ya da herhangi bir kültür– dinsizdir. Varoluşun yöneltti̇ği soruya sağır insanlar için yirminci yüzyılda yaşayan bizlerden daha iyi bir örnek olamaz. Mal mülkle, itibarla, güçle, üretimle, eğlenceyle ve en nihayetinde de, var olduğumuzu –var olduğumu– unutmaya çalışmakla ilgilenerek soruyu geçiştiririz. Tanrı'yı ne kadar sık *düşünürse* düşünsün, ya da kiliseye ne kadar sık giderse gitsin veya dini düşüncelere ne kadar inanırsa inansın, bütünlük içindeki insan varoluşun sorusuna sağırsa, ona bir cevabı yoksa sadece yerinde saymaktadır, ürettiği milyonlarca şey gibi yaşar ve ölür. Tanrı *olmayı* deneyimlemek yerine Tanrı'yı *düşünür*.

Oysa dinleri, varoluş sorusuna *bir* cevap vermekle ilgili olmalarının ötesinde ille de ortak bir şeyleri varmış gibi düşünmek yanıltıcıdır. Dinin içeriği söz konusu olduğunda herhangi bir ittifak yoktur; aksine, yukarıda bireye ilişkin değinilmiş olan temelde birbirine zıt iki cevap vardır: Cevabın biri; insan öncesi, bilinç öncesi varoluşa geri dönüp aklı yok etmek, bir hayvan olup doğayla yeniden bir haline gelmektir. Bu isteğin dışa vurulduğu biçimler çok çeşitlidir. Bir kutupta, Cermenlerin bir gizli topluluğu olarak bilinen Berserkerler'de (kelime anlamı: ayı gömlekliler –bearshirts–) gördüğümüz fenomenler bulunur. Bunlar, kendilerini bir ayıyla özdeşleştirirler, kabul töreninde genç erkek, "insanlığını saldırgan ve dehşet saçan bir şiddet hali göstererek öfkeli bir yırtıcı hayvana dönüştürmelidir".[9] ("Bearshirts – berserker" ile Hitler'in "kah-

9 Mircea Eliade, *Birth and Rebirth* [*Doğuş ve Yeniden Doğuş*, çev. Fuat Aydın, Kabalcı Yayınevi, 2015 –ed.] (New York, Harper, 1958), s. 84.

verengi gömleklileri – brownshirts" arasında bağlantı kurarsak doğayla bu insan öncesi tür olarak birleşme eğiliminin ilkel toplumlarla sınırlı kalmadığını açıkça görürüz. Nasyonal Sosyalist Parti taraftarlarının büyük bir bölümü sadece laik, fırsatçı, acımasız, güç peşindeki politikacılar, Junkerler,[10] generaller, işadamları ve bürokratlardan oluşmaktayken Hitler, Himmler ve Goebbels'in oluşturduğu üçler erki, esasen, dini inançlarını yerine getirmek amacıyla "kutsal" bir şiddet ve yok etme güdüsüyle hareket eden ilkel "ayı gömleklilerden" farklı değildi. Aslında Yahudilere yönelik "ayinsel cinayet" efsanesini yeniden canlandıran bu yirminci yüzyıl "ayı gömleklileri" bu suretle en derin arzularından birini, yani ayinsel cinayeti yansıtmışlardır. Önce Yahudileri, sonra içlerindeki yabancı nüfusu, sonra Alman halkını ve en nihayetinde, sonundaki tam-imha töreninde kendi karıları ile çocuklarını katlederek ayinsel cinayet işlemişlerdir.) İnsan öncesi bir tür olarak doğayla birleşme gayretlerinin o kadar eski olmayan birçok başka biçimi vardır. Bunlar, kabilenin bir hayvan totemiyle simgelendiği kültlerde, ağaçlara, göllere, mağaralara, vb. tapılan dini sistemlerde ve amaçları bilincin, aklın ve vicdanın saf dışı edilmesi olan sefahatle ilgili tarikatlarda bulunur. Bütün bu dinlerde, kutsallık, insanın insan öncesi doğanın bir parçasına dönüşmesi görüşüyle ilgilidir; "kutsal kişi" (örneğin, şaman), amacının başarıya ulaşmasında en ileri giden kişidir.

Dinin diğer kutbu, insan varoluşunun sorusuna tamamen insan öncesi varoluştan çıkıp, özellikle insanın akıl ve sevgi potansiyelini geliştirerek, böylece de insanla doğa ve insanla insan arasında yeni bir uyum bularak cevap arayan dinlerdir. Bu tür girişimler görece ilkel toplumlarda da bulunabilmesine rağmen, insanlığın bütünü için önemli ayırıcı çizgi, kabaca MÖ 2000 ile çağımızın başlangıcı arasındaki dönemde bulu-

10 Alman-Prusyalı aristokratlar. (çev.)

nur. Uzakdoğu'da Taoizm ve Budizm, Mısır'da Akhenaton'un dinsel devrimleri, Perslerde Zerdüştlük, Filistin'de Musa'nın dini, Meksika'da Quetzalcoatl dini[11] insanlığın aldığı tüm şekli yansıtır.

Bütün bu dinlerde birlik aranır; cennetteki birey öncesi, bilinç öncesi uyuma geri dönerek bulunan geriye yönelik birlik değil de, yeni bir düzeyde bulunan, ancak insanın kendi ayrılığını yaşamasından sonra, kendinden ve dünyadan yabancılaşma evresinden geçmesinden ve tam olarak doğmuş olmasından sonra ulaşabileceği birliktir bu. Bu yeni birlik, bir öncül olarak, insan aklının tam gelişimine sahiptir. Bu, artık aklın insanı, gerçeği doğrudan ve sezgisel olarak kavramasından ayırmadığı bir evreye götürür. Yeni hedefin geçmişte değil, ileride uzanan birçok simgesi vardır: Tao, Nirvana, Aydınlanma, İyi, Tanrı. Bu simgeler arasındaki farklılıklar, doğdukları çeşitli ülkelerdeki toplumsal ve kültürel farklılıklardan kaynaklanır. Batı geleneğinde "hedef" için seçilen simge, en yüksek mertebedeki kral ya da en yüksek mertebedeki kabile şefi olan otoriter kişiydi. Fakat Eski Ahit zamanında rasgele seçilmiş hükümdar, insana bir sözleşme ve içeriğindeki vaatlerle bağlı bir hükümdar şeklinde değişmiştir. Peygamber literatüründe, amaç, insanla doğa arasında Mesih zamanındaki yeni uyum olarak görülür: Hıristiyanlıkta Tanrı, kendini insan olarak gösterir; Batı dinlerinin popüler biçimlerinde pek bir değişikliğe uğramadan kalmış olmasına rağmen Maimonides'in felsefesinde olduğu gibi mistisizmde de, antropomorfik (insan benzeri) ve otoriter unsurlar neredeyse tamamen elenmiştir.

Yahudi-Hıristiyan ve Zen-Budist inanışında ortak olan husus, tamamen açık, duyarlı, uyanık ve canlı olmak için "ira-

11 *Krş.* Laurette Sejournee'nin *Burning Waters* (London, Thames & Hudson, 1957) adlı eseri.

demden" (içimdeki ve dışımdaki dünyayı zorlamak, yönetmek ve bastırmak için duyduğum arzu anlamında) vazgeçmeliyim farkındalığıdır. Zen terminolojisinde buna çoğunlukla "kendini boşaltmak" denir ki, bu olumsuz bir şeyi değil, alabilmek için gereken açıklığı ifade eder. Hıristiyanlık terminolojisinde buna çoğunlukla "kendini öldürüp, Tanrı'nın iradesini kabullenmek" denir. Hıristiyan yaşamı ile Budist yaşamı arasında bu iki farklı formülasyonun ardında yatan çok küçük bir farklılık vardır. Bununla birlikte, yaygın açıklama ve deneyimleme söz konusu olduğunda bu formül, insanın kendi kararlarını vermesi yerine kararları, onun için en iyisini bilen ve onu koruyan, her şeyi bilen ve her şeye kadir bir babaya bırakmak anlamındadır. İnsanın bu deneyimde açık ve duyarlı hale gelmediği, aksine itaatkâr ve teslimiyetçi olduğu da aşikârdır. Tanrı iradesine, egoizmin gerçek anlamda terk edilmesi açısından uyulması, en iyi şekilde, Tanrı kavramı olmadığında gerçekleşebilir. Çelişkili biçimde, Tanrı'nın iradesine ancak Tanrı'yı unutursam uyabilirim. Zen'de boşluk kavramı, yardımsever bir babaya puta tapar gibi tapma kavramına gerileme tehlikesi olmadan, kişinin kendi iradesinden gerçek anlamda vazgeçmesini ifade eder.

4

Bilincin, Bastırmanın ve Baskısızlaştırmanın Yapısı

Önceki bölümde, hümanist psikanalizin hedefinin temelini oluşturan insan ve insanın varoluşu fikirlerini ana hatlarıyla açıklamaya çalıştım. Psikanaliz, bu genel görüşleri diğer hümanist felsefi ve dini kavramlarla da paylaşır. Şimdi, psikanalizin hedefine ulaşmak için kullandığı kendine has yaklaşımı tarif etmeye başlamalıyız.

Psikanalitik yaklaşımın en karakteristik unsuru, kuşkusuz, *bilinçdışını bilinçli hale getirme* çabasıdır; veya bunu Freud'un kelimeleriyle ifade edersek, Alt Benliği (İd) Benliğe (Ego) dönüştürme çabasıdır. Bu formülasyon kulağa basit gelmekle birlikte hiç de öyle değildir. Anında şu sorular doğar: Bilinçdışı nedir? Bilinç nedir? Bastırma nedir? Bilinçdışı nasıl bilinç haline gelir? Bu gerçekleşirse etkisi ne olur?

Her şeyden önce, *bilinç/bilinçli* ve *bilinçdışı/bilinçsiz* terimlerinin birkaç farklı anlamda kullanıldığını göz önünde bulundurmalıyız. "Bilinçli" ve "bilinçsiz" fonksiyonel denebilecek bir anlamda bireyin içindeki öznel durumu ifade eder. Birinin şu veya bu ruhsal içeriğin bilincinde olduğu söylendiğinde, onun duygularının, arzularının, yargılarının, vs. *farkında olması* demektir. Aynı anlamda kullanılan bilinçsiz, kişinin içsel

deneyimlerinin farkında olmadığı bir ruh halini ifade eder; duygusal olanlar dahil yaşadıklarından tamamen bihaberse, kesinlikle bilinçsiz biri gibidir. Kişinin belli duyguların, vs. bilincinde olduğunu söylemek, *onun* sadece bu duygular söz konusu olduğunda *bilinçli olduğunu* söylemektir; belli duyguların bilinçsiz olduğunu söylemek, kişinin bu içerikler söz konusu olduğunda *bilinçsiz olduğunu* söylemektir. "Bilinçsiz" teriminin, bir dürtü, duygu, arzu, korku, vs. bulunmadığı anlamına gelmediğini, sadece bu dürtülere *farkındalığının* olmadığı anlamına geldiğini unutmamalıyız.

Bilinçli ve bilinçsiz terimlerinin üstte tarif edilen fonksiyonel anlamdaki kullanımlarından epey farklı bir diğer kullanımı, kişideki belli bölgeleri ve bu bölgelerle bağlantılı belli içerikleri ifade eder. Bu genellikle, "bilinç" ve "bilinçdışı" terimlerinin kullanıldığı durumdur. Burada, "bilinç" *kişiliğin* belli içeriklere sahip *bir parçasıdır*, "bilinçdışı" ise kişiliğin belli başka içeriklere sahip bir diğer parçasıdır. Freud'un bakış açısına göre bilinçdışı, esasen akıldışılığın mekânıdır. Jung'un görüşüne göreyse anlam neredeyse tersine çevrilmiştir; bilinçdışı, esasen aklın en derin kaynaklarının mekânıyken bilinç, kişiliğin düşünsel parçasıdır. Bilinç ve bilinçdışına bu bakış açısında, bilinçdışı, bir evin her şeyin bir üst yapıya yer kalmayacak şekilde biriktirildiği kileri gibi algılanır; Freud'un kileri, esas olarak insanın kusurlarını, ahlak bozukluklarını içerir; Jung'un kileri esas olarak insanın aklını içerir.

H. S. Sullivan'ın vurguladığı gibi, "bilinçdışının" bölge anlamındaki kullanımı uygunsuzdur ve ilgili ruhsal olguların başarısız bir ifadesidir. Ben de fonksiyonel yerine varlık belirten bir kavram tercihinin, çağdaş Batı kültüründeki *olmak* açısından algılama yerine *sahip olduğumuz/olan* şeyler açısından algılamaya dair genel eğilimle örtüştüğünü ekleyebilirim. Tıpkı "bir arabam, bir evim veya bir çocuğum var" dediğimiz

gibi kaygı sorunumuz *vardır*, uykusuzluk problemimiz *vardır*, bunalımımız *vardır*, psikanalistimiz *vardır*. Aynı anlayışla, bir "bilinçdışımız" da *vardır*. Birçok kişinin "bilinçdışı" yerine "bilinçaltı" kelimesini kullanması tesadüf değildir. Bunu, "bilinçaltı" teriminin bölgeselleşmiş kavramına daha uygun olması sebebiyle yaptıkları barizdir; "Şunun ya da bunun bilincinde değilim," diyebiliriz ama "Bunun bilinçaltındayım," diyemeyiz.

Yine, "bilinç" kelimesinin kafa karışıklığına neden olan bir başka kullanımı daha vardır. Bilinç, *yansıyan zihin* olarak temsil edilir, bilinçdışı ise yansıtılmamış deneyim ile temsil edilir. Bilinç ile bilinçdışının bu kullanımına elbette hiçbir itiraz olamaz çünkü anlam açıktır ve diğer iki anlamla karıştırılmaz. Buna rağmen bu kullanım şanslı görünmez; zihinsel yansıma, elbette her zaman bilinçlidir ama bilinçli olanların hepsi de zihinsel yansıma değildir. Bir insana baktığımda o insanın *farkındayımdır*, içimde o kişiyle ilgili olan bitenin farkındayımdır fakat ancak kendimi ondan bir özne-nesne mesafesinde ayırdığımda bu bilinçlilik zihinsel yansımayla özdeşleşebilir. Aynı şey, nefesimin farkında olduğumda da geçerlidir ki, bu hiçbir surette nefesimi *düşünmemle* aynı şey değildir; aslında nefesim *hakkında* düşünmeye başlayınca bir daha artık nefesimin farkında olamam. Aynı şey, kendimi dünyayla ilişkilendiren tüm hareketlerim için de geçerlidir. Bu konuda ileride daha fazla şey söylenecektir.

Bilinçsiz ve bilinçli kavramlarından kişiliğin belirli içeriklere ait parçaları olarak bahsetmek yerine sırasıyla farkındalık ve farkında olmama hali olarak bahsetmeyi kararlaştırdığımıza göre şimdi, bir deneyimin farkındalığımıza ulaşmasını, yani bilinçli hale gelmemizi neyin engellediği sorusu üzerinde düşünmeliyiz.

Fakat bu soruyu ele almaya başlamadan önce, ilk olarak cevaplanması gereken başka bir soru doğar. Bilinçlilik

ve bilinçsizlik üzerine psikanalitik bağlamda konuşacaksak bilinçliliğin bilinçsizlikten daha yüksek bir değerde olduğuna dair bir çıkarım vardır. Eğer öyle değilse bilincin alanını genişletmek için niçin uğraşalım? Bilincin belirli bir değeri olmadığı oldukça açık; aslında insanların bilinçli zihninde var olan şeylerin çoğu hayal ürünü ve kuruntudur; durum, toplumun işlevi yüzünden böyledir, insanların gerçeği görme yetenekleri olmadığından değil. İnsanlık tarihinin büyük bir bölümü (bazı ilkel toplumlar haricinde), küçük bir azınlığın çoğunluk üzerinde hâkim olup, onları sömürmesi olgusuyla nitelenir. Azınlık, bunu yapabilmek için genelde kuvvet kullanmıştır; fakat kuvvet kullanmak yeterli değildir. Uzun vadede çoğunluk sömürülmeyi gönüllü olarak kabul etmelidir, bu ise ancak, zihinleri azınlığın hükümranlığını kabullenmesini açıklayacak ve haklı gösterecek her tür yalanlar ve hayallerle doldurulduğunda mümkündür. Bununla birlikte, insanların kendileri, başkaları, toplum, vs. hakkındaki farkındalıklarının çoğunun hayal ürünü olması gerçeğinin yegâne sebebi de bu değildir. Her toplum, tarihsel gelişim süreci içerisinde, geliştirdiği belirli biçimde yaşamını sürdürme ihtiyacına kapılır ve bu yaşamı tüm insanlarda ortak olan daha kapsamlı insani amaçları göz ardı ederek başarır. Toplumsal ve evrensel amaç arasındaki bu çelişki, insanlığın hedefleri ile belli bir toplumun hedefleri arasındaki ikiliği inkâr etmeye ve buna bahane bulmaya yarayan her çeşit hayal ve yanılsamanın (toplumsal bir ölçekte) uydurulmasına da yol açar.

O zaman bilincin içeriğinin çoğunlukla hayali ve kuruntuya bağlı olduğunu ve kesinlikle gerçeği yansıtmadığını söyleyebiliriz. O zaman aslında bilinçlilik arzulanabilir bir şey değildir. Ancak (bilinçsiz olan) gizli gerçek ortaya çıkarsa ve artık saklanamayacaksa (yani bilinçli hale gelirse) değerli bir şeye erişilmiş olur. Bu tartışmaya ileriki bir noktada tekrar döneceğiz. Ben şimdi, sadece, bilincimizde bulunan çoğu

şeyin "sahte bilinç" olduğunu ve bizi bu hayali ve gerçekdışı kavramlarla dolduranın, esasen toplum olduğunu vurgulamak istiyorum.

Oysa toplumun etkisi sadece bilincimize hayaller doldurmak değil, gerçeğin farkındalığının da engellenmesidir. Bu hususun daha da detaylandırılması, bizi doğrudan, bastırmanın veya bilinçsizliğin nasıl meydana geldiğine dair ana soruna götürür.

Hayvan, etrafındaki şeylere dair bir bilince, R. M. Bucke'ın terimiyle, "basit bilinç" diyebileceğimiz bir bilince sahiptir. Hayvanınkinden daha büyük ve daha karmaşık olan insan beyninin yapısı, bu basit bilinci aşar ve *özbilinçliliğin*, yani deneyiminin öznesinin kendisi olduğuna dair farkındalığının temelidir. Fakat belki de, muazzam karmaşıklık[12] yüzünden insanın farkındalığı, mümkün olan çeşitli yollarla düzenlenir, herhangi bir deneyimin farkındalığına girmesi için de bu deneyim, bilinçli düşüncenin düzenlendiği kategorilerde anlaşılabilir olmalıdır. Zaman ve mekân gibi bazı kategoriler evrensel olabilir ve tüm insanlarda ortak olan algı kategorilerini oluşturabilirler. Nedensellik gibi diğer bazı kategoriler ise, birçokları için, bilinçli algılama biçimine ilişkin geçerli bir kategori olabilir fakat bu herkes için geçerli değildir. Diğer kategoriler o kadar da yaygın değildir ve kültürden kültüre farklılık gösterir. Bu nasıl olursa olsun, deneyimin farkındalığa girmesi, ancak algılanması, ilişkilendirilmesi ve kavramsal bir sistemin[13] ve onun kategorilerinin cinsinden sıralanması

12 Bilincin nörolojik temeli üzerine Dr. William Wolf ile olan kişisel iletişimim sonucu düşüncelerimde büyük ölçüde bir uyarılma oldu.

13 Aynı görüş, çocukluk anılarının unutulmasıyla ilgili olarak E. Schachtel tarafından (Psychiatry dergisinin Cilt X, sayı 1, 1947'deki "Memory and Childhood Amnesia" başlıklı aydınlatıcı makalesinde) ifade edilmişti. Başlıktan da görüleceği gibi, orada, sarih bir sorun olan çocukluk amnezisiyle ve çocuğun kullandığı ile yetişkinin kullandığı kategoriler (şema-

kaydıyla mümkün olur. Bu sistem, kendi içinde toplumsal evrimin bir sonucudur. Her toplum, kendi yaşam tarzıyla ve ilişki, duygu, algılama biçimiyle farkındalık biçimlerini belirleyen bir kategori sistemi geliştirir. Bu sistem, bir bakıma, toplumsal olarak şartlanmış bir süzgeç gibi çalışır; deneyim, bu süzgeçten geçemezse farkındalığa giremez.

O zaman mesele, bu "toplumsal süzgecin" nasıl çalıştığını ve nasıl olup da belli deneyimlerin süzgeçten geçmesine izin verip, diğerlerinin ise farkındalığa girmesine engel olduğunu daha açık bir şekilde anlamaktır.

Her şeyden önce, birçok deneyimin, farkındalıkta algılanmaya kolayca yanaşmadığını göz önünde bulundurmalıyız. Muhtemelen acı, bilinçli bir şekilde algılanmaya en çok izin veren fiziksel deneyimdir; cinsel istek, açlık, vs. de kolayca algılanır, bireyin veya grubun yaşamını sürdürmesiyle ilgili duyuların hepsinin de farkındalığa erişiminin kolay olduğu gayet açıktır. Oysa sıra daha üstü kapalı ve karmaşık bir deneyime gelince –*sabahın erken saatlerinde, hava henüz serinken, güneş yükselirken, bir kuş öterken üzerinde çiy damlası olan bir gül goncası görmek* gibi– bu, bazı kültürlerde (örn. Japonya'da) kolayca farkındalığa giren bir deneyimken modern Batı kültüründe aynı deneyim, çoğunlukla farkındalığa girmeyecektir çünkü fark etmek için yeterince "önemli" ya da "olaylı" değildir. Üstü kapalı duygusal deneyimlerin farkındalığa varıp varmaması, bu tür deneyimlerin o kültürde ne dereceye kadar geliştirilmiş olduğuna bağlıdır. Duygusal deneyime ait

lar) arasındaki farkla ilgilidir. "Erken çocukluk deneyimlerinin yetişkin belleğinin kategorileri ve düzeniyle olan uyumsuzluğu, büyük ölçüde ... yetişkin belleğinin yaygınlaştırılması yüzündendir" şeklinde bir sonuca varmıştır. Benim görüşüme göre, çocukluk ve yetişkinlik belleği hakkında söyledikleri doğrudur fakat fark, sadece çocukluk ve yetişkinlik kategorileri arasında kalmaz, çeşitli kültürler arasında da mevcuttur. Dahası, sorun sadece bellekte değil, genelde bilinçte de vardır.

hiçbir kelimenin bulunmadığı birçok dil varken bu duyguları ifade eden kelimeler açısından zengin diller de mevcuttur. Örneğin, İngilizcede tek bir kelime "sevgi – love" vardır ki, bu kelime, hoşlanmaktan erotik tutkuya ve kardeşçe sevgiye veya anne sevgisine kadar değişen bir yelpazeyi kapsar. Farklı duygusal deneyimlerin farklı kelimelerle ifade edilmediği bir dilde, deneyimlerin farkındalığa girmesi neredeyse imkânsızdır ve tersi de geçerlidir. Genel anlamda konuşursak, bir deneyimin, dilde ilgili bir kelimesi olmadığı için farkındalığa girmediği söylenebilir.

Fakat bu, dilin süzgeçten geçirme fonksiyonunun sadece bir yanıdır. Farklı diller, sadece belli duygusal deneyimleri ifade etmekte kullandıkları kelime çeşitliliğinin değişikliği yönünden değil, söz dizimleri, gramerleri ve kelimelerinin kök anlamlarının da değişik olması yönünden farklılık gösterirler. "Dilin bütünü, bir yaşam tarzını barındırır" ifadesi, yaşamı belli bir tarzda yaşamanın donuk ifadesidir.[14]

İşte birkaç örnek: Bazı dillerde fiil, örneğin yağmur yağıyor cümlesindeki "yağmak" fiili, duruma göre farklı farklı çekilir: Dışarıda yağmur altında ıslanmış olabilirim veya kulübenin içindeyken dışarıda yağmur yağdığını görmüş olabilirim ya da yağmurun yağdığını bana birisi söylemiş olabilir. Dilin bir olguyu (bu örnekte, yağmurun yağması) yaşamanın bu farklı *kaynakları* üzerindeki vurgusunun, insanların olguları deneyimleme *şekli* üzerinde derin bir etkisi olduğu gayet aşikârdır. (Örneğin modern kültürümüzde, bilginin salt düşünsel yanını vurgulaması dolayısıyla bir olguyu nasıl bildiğim, doğrudan ya da dolaylı olarak veya söylenti yoluyla öğrenmiş olmam çok az şey fark ettirir.) İbranicede, fiil çekiminin esas prensibi,

14 *Krş.* Benjamin Whorf'un *Collected Papers on Metalinguistics* (Washington, D.C., Foreign Service Institute, 1952) adlı tebliğlerden derlemelerindeki çığır açan katkısı.

bir faaliyetin tamamlanıp (eksiksiz), tamamlanmadığı (eksik) iken faaliyetin meydana geldiği zaman –geçmiş, şimdiki zaman, gelecek zaman– sadece ikincil bir şekilde ifade edilir. Latincede, her iki prensip (zaman ve tamamlanma) birlikte kullanılırken, İngilizcede genelde zaman algısına yöneliriz. Yine, fiil çekimlerindeki bu farkın deneyimlemedeki farklılığı belirttiğini söylemeye bile gerek yok.[15]

Yine bir başka örnekte de, fiillerle isimlerin çeşitli dillerde, hatta aynı dili konuşan farklı kişilerce farklı kullanıldığı görülür. İsim, bir "şeye" atıf yapar, fiil ise bir faaliyete. Giderek daha çok kişi, *olmak* veya *yapmak* yerine *şeylere sahip olmak* cinsinden düşünmeyi tercih etmekte; dolayısıyla fiiller yerine isimleri tercih ediyorlar.

Kelimeleri, grameri, söz dizimi ve içinde donmuş tüm ruhu ile dil, nasıl deneyimlediğimizi ve hangi deneyimlerin farkındalığımıza nüfuz edebileceğini belirler.

Farkındalığı mümkün kılan süzgecin ikinci bir yönü ise, belli bir kültürdeki insanların düşünüş tarzını yöneten *mantıktır*. Tıpkı çoğu kişinin kendi dillerinin "doğal" olduğunu ve diğer dillerin sadece aynı şeyler için farklı kelimeler kullandıklarını varsaydıkları gibi, düzgün düşünmeyi belirleyen kuralların da doğal ve evrensel olduğunu varsayarlar; bir kültürde mantık dışı olan şeyin "doğal" mantıkla çeliştiği için bir diğerinde de mantık dışı olduğuna inanırlar. Buna iyi bir örnek olarak, Aristoteles mantığı ile paradoksal mantık arasındaki fark gösterilebilir.

Aristoteles mantığı, A, A'dır) özdeşlik ilkesine, (A, A-olmayan değildir) çelişmezlik ilkesine ve üçüncü halin olanaksızlığı ilkesine (A, A ve A-olmayan olamaz, ne A ne de A-olmayandır)

---

15 Bu farkın önemi, Eski Ahit'in İngilizce ve Almanca çevirilerinde oldukça aşikârdır. İbrani metninde, sevmek gibi duygusal deneyimler için sıklıkla yakın geçmiş zamanın kullanıldığı durumlarda, örn. "eksiksiz severim" ifadesi yerine çeviren yanlış anlayıp, "sevdim" yazmıştır.

dayanır. Aristoteles, "Aynı şeyin aynı zamanda aynı şeye ait olması ve ait olmaması imkânsızdır ve aynı şekilde ... o zaman bu tüm ilkelerin en kesin olanıdır,"[16] der.

Aristoteles mantığının karşısında, A ile A-olmayanın, X'in dayanakları olarak birbirini dışlamadığını varsayan *paradoksal mantık* vardır. Paradoksal mantık, Çin ve Hint düşünce sisteminde, Heraklitus'un felsefesinde ve sonra yine diyalektik adına, Hegel ve Marx'ın düşüncesinde hâkimdi. Paradoksal mantığın genel prensibi, Lao-Tse tarafından genel anlamda açık bir şekilde tarif edilmişti: "Kesinlikle doğru görünen kelimeler paradoksal olabilir."[17] Ve Chuang-tzu: "Bir olan birdir. Bir-olmayan da birdir," demiştir.

Aristoteles mantığının doğruluğundan kuşku duyulmayan bir kültürde yaşayan biri için, Aristoteles mantığına ters düşen, dolayısıyla kendi kültürünün bakış açısına göre saçma olan deneyimlerin farkında olması imkânsız değilse de, had safhada zordur. Freud'un insanın aynı kişiye aynı zamanda hem sevgi hem de nefret duyabileceğini söyleyen ikirciklik (duygu ikilemi) kavramı, buna iyi bir örnektir. Paradoksal mantık açısından gayet mantıklı olan bu deneyim, Aristoteles mantığına göre anlamsızdır. Sonuç olarak, çoğu kişi için duygu ikileminin farkında olmak son derece zordur. Sevginin farkındalarsa nefretin farkında olamazlar çünkü aynı kişi için aynı anda çelişen iki duyguya sahip olmak son derece anlamsızdır.[18]

---

16 Aristotle, *Metaphysics*, Book Gamma, 1005b 20. Aristoteles'in *Metafizik* kitabından alıntılanıp, R. Hope tarafından çevrilmiştir (Columbia Univ. Press, New York, 1952).

17 Lao-Tse, "The Tao Teh King," "The Sacred Books of the East," ed. F. Max Mueller, Vol. XXXXIX (Oxford University Press, London, 1927, s. 120).

18 *Krş. The Art of Loving* [*Sevme Sanatı*], World Perspective Series (Harper& Bros., New York, 1956, s. 72 ff) kitabımda bu sorunun daha detaylı incelenmesi.

Süzgecin dil ve mantığın dışında kalan üçüncü yönü, deneyimlerin *içeriğidir*. Her toplum, belli duyguların ve düşüncelerin hissedilmesini, düşünülmesini ve ifade edilmesini dışlar. Sadece "yapılmaması" değil, "düşünülmemesi" bile gereken şeyler vardır. Örneğin, başka kabilelerin üyelerini öldürüp, onları soyan savaşçı bir kabilede, öldürmeye ve soymaya karşı tiksinti duyan biri olabilir. Fakat bu duygusunun farkında olmaması kuvvetle muhtemeldir çünkü bütün kabilenin duygularıyla bağdaşmayacaktır; bu uyumsuz duygunun farkında olmak, tamamen tecrit edilmiş ve toplum dışına itilmiş hissetmenin tehlikesini yaşamak demektir. Dolayısıyla, böyle bir tiksinti duygusuna sahip bir birey, muhtemelen tiksinti duygusunun farkındalığına nüfuz etmesine izin vermek yerine, kusma gibi psikosomatik bir belirti gösterecektir.

Tarım yapan barışçıl bir kabilenin üyesinde ise tam tersi görülür. Onda da gidip, başka kabilelerin üyelerini öldürme ve soyma dürtüsü olabilir. Muhtemelen kendine bunun farkında olma iznini vermez, bunun yerine bir semptom geliştirir; bu, yoğun bir korku olabilir. Yine bir başka örnek: Büyük şehirlerimizde, örneğin bir takım elbiseye çok ihtiyacı olduğu halde onu alacak parası olmayan bir müşterisi olan birçok mağaza sahibi olmalı. Bu mağaza sahipleri arasında, elbiseyi müşterisine ödeyebileceği fiyattan vermek için doğal bir dürtüye sahip olan biri de olmalı. Fakat mağaza sahiplerinden kaçı, kendilerine bu dürtünün farkında olma iznini verir? Çok az olduğunu sanıyorum. Çoğunluğu bu dürtüyü bastıracaktır, bu kişiler arasında bilinçsiz dürtüyü gizlemek için müşteriye karşı bazı saldırgan davranışlar sergileyenler olabilir veya ertesi gece bunu dışa vuran bir rüya görebilirler.

Toplumun izin verdiği içeriklerle bağdaşmayanların farkındalık diyarına girmesine izin verilmediği savını açıklarken iki soru sorarız. Neden belli içerikler o toplumla bağdaşmaz?

Dahası, birey bu tür yasak içeriklerin farkında olmaktan neden bu kadar korkar?

Birinci soruyla ilgili olarak "toplumsal karakter" kavramına atıf yapmalıyım. Her toplum, yaşamını devam ettirmek için bireylerinin karakterlerini, *yapmaları gerekeni yapmak isteyecekleri* şekilde biçimlendirir; toplumsal işlevleri içselleştirilmeli ve yapmak zorunda oldukları bir şey yerine, yapma dürtüsü duydukları bir şey haline dönüştürülmelidir. Bir toplum, bu kalıptan sapmaya izin veremez çünkü bu "toplumsal karakter", ahengini ve katiyetini kaybederse birçok kişi beklenen şekilde davranmayı bırakır ve toplumun belirlenen şekildeki bekası tehlikeye girer. Toplumların, toplumsal karakterlerini dayatmaktaki ve bu karakteri koruma amaçlı tabuların gözlemlenmesindeki katılıkları farklılık gösterir fakat tüm toplumlarda tabular vardır ve bunların ihlalinin sonucu da toplumun dışına itilmektir.

İkinci soru, bireyin kendine "yasak dürtülerin" farkında olma iznini vermemesini sağlayan bu dışlanma tehlikesi imasından neden bu kadar korktuğudur. Bu soruyu cevaplamak için başka bir yerdeki daha dolu ifadelere atıf yapmalıyım.[19] Kısaca söylemek gerekirse, delirmedikçe kendini diğerleriyle ilişkilendirmelidir. Tamamen ilişkisiz hale gelmek, onu deliliğin sınırına getirir. Bir hayvan olduğundan en çok ölmekten korkarken, bir insan olduğundan en çok tamamen yalnız kalmaktan korkar. Bu korku, Freud'un varsaydığı gibi, daha ziyade hadım edilme korkusu, tabu olan duygu ve düşüncelerin farkındalığına izin vermeyen etkin elemandır.

Bu durumda bilincin ve bilinçsizliğin toplumsal olarak şartlandırıldığı sonucuna varırız. Dil, mantık ve tabuların (toplum-

19 *Krş. Escape from Freedom* [*Özgürlükten Kaçış*, çev. Şemsa Yeğin, Say Yayınları –ed.] (New York, Rinehart, 1941 ve *The Sane Society*, [*Sağlıklı Toplum*] New York, Rinehart, 1955) adlı kitaplarımdaki bu kavrama ilişkin tanımlar.

sal karakter) üç katlı (toplumsal olarak şartlandırılan) süzgecinden geçmesine izin verilen tüm duygu ve düşüncelerimin *farkındayım*. Süzgeçten geçemeyen deneyimler farkındalığın dışında kalırlar; yani, bilinçsiz kalırlar.[20]

Bilinçdışının toplumsal yapısının önemine ilişkin iki niteleme yapılmalıdır. Biri, daha bariz olanı, toplumsal tabulara ilaveten bu tabuların aileden aileye değişen bireysel detayları da olduğudur; bir çocuk, ailesi tarafından "terk edilmekten" korkar çünkü onlar için tabu olan deneyimlerin farkındadır ve normal toplumsal bastırmaya ek olarak, farkındalığa gelmesi engellenen bu duyguları süzgecin bireysel tarafıyla bastıracaktır. Öte yandan, aileler, büyük içsel açıklık ve az "bastırılmışlıkla", kendi tesirleriyle, toplumsal süzgeci (ve Üst Benliği) biraz genişletmeye ve nüfuz edilemez kılmaya çalışacaklardır.

Diğer nitelik, daha komplike bir fenomene işaret eder. Sadece toplumsal düşünce kalıbına uymayan o arayışların farkındalığını bastırmakla kalmayız, tüm insanoğlunun yapısı ve büyümesi ilkesiyle, "hümanist bilinçle", kişiliğimizin tam gelişmesi adına konuşan o sesle bağdaşmayan arayışları da bastırırız.

Yıkıcı dürtüler veya rahme ya da ölüme geri dönme dürtüleri, yakın olmak istediklerimi yiyip bitirme dürtüsü, bütün bunlar ve diğer birçok gerileme dürtüsü, toplumsal karakterle uyumlu olabilir de olmayabilir de; fakat hiçbir koşulda insanın doğasında var olan evrimine ilişkin hedefleriyle uyumlu olamaz. Bir bebek emzirilmek istediğinde bu normaldir, bebeğin o dönemde içinde bulunduğu evrim durumuyla örtüşür.

20 Bilincin bu analizi, Karl Marx'ın bilinç problemini formüle ettiğinde vardığı sonuca götürür: "Onların varlığını belirleyen insanların bilinci değildir, aksine onların toplumsal varlıkları bilinçlerini belirler." (*Zur Kritik der politischen Ökonomie* [*Ekonomi Politiğin Eleştirisine Katkı* –ed.], Berlin, Dietz, 1924, Önsöz, s. IV.)

Bir yetişkin aynı amaçlara sahipse, hastadır; onu sadece geçmiş değil, tüm yapısında doğuştan var olan amaç harekete geçirdiği için olduğu hal ile olması "gereken" hal arasındaki uyuşmazlığı hisseder; burada "gereken" kelimesi, buyruğun ahlak duygusu anlamında değil, tıpkı kromozomlarında ileriki fiziksel yapısının, göz renginin, vs. zaten "mevcut" olması gibi var olan içkin evrimsel amaçlar anlamında kullanılmıştır.

Kişi, içinde yaşadığı toplumsal grupla teması kaybederse, tam tecrit korkusuna kapılır, bu korku yüzünden "düşünülmeyeni" düşünmeye cesaret edemez. Fakat insan, içinde olan ve bilincin yansıttığı insanlıktan tamamen tecrit olma korkusunu da taşır. Tamamen insanlıktan çıkmak da korkutucudur, yine de tarihsel kanıtların gösterdiği gibi, bütün bir toplumun insanlık dışı davranış tarzını benimsemiş olması kaydıyla, toplum dışına itilmekten daha az korkutucudur. Bir toplum, insani yaşam tarzına ne kadar yakınlaşırsa toplumdan tecrit olmakla insanlık dışı olmak arasındaki çelişki de o kadar azalır. Toplumsal amaçlarla insani amaçlar arasındaki çelişki büyüdükçe birey, iki tehlikeli tecrit kutbu arasında kalır. Kişi kendini ne derece insanlıkla beraber –kendi zihinsel ve ruhsal gelişmesi vasıtasıyla– hissederse, toplumsal dışlanmayı o kadar kaldırabilir ve tersi de geçerlidir. Kişinin bilincine göre hareket edebilmesi, onun kendi toplumunun sınırlarını ne derece aştığına ve bir dünya vatandaşı, bir "kozmopolitan" haline geldiğine bağlıdır.

Birey kendine, kendi kültürünün kalıplarına uymayan duygu ve düşüncelerin farkında olma izni vermez, dolayısıyla bunları bastırmaya mahkûmdur. *Şeklen* söylersek, bilinçdışı ve bilinç, (birey, ailenin şartlandırdığı unsurlar ve hümanist bilinç bir yana) toplumun yapısına ve oluşturduğu duygu ve düşünce kalıplarına bağlıdır. *Bilinçdışının içeriğiyle* ilgili olarak herhangi bir genelleme yapmak mümkün değildir. Fakat bir

tek şu açıklama yapılabilir: Daima, tüm karanlık ve aydınlık ihtimalleriyle bütünlük içindeki insanı yansıtır; daima, varoluşun yöneltti̇ği soruya insanın verebileceği çeşitli cevapların temelini barındırır. Hayvan olarak varoluşa dönmeye meyilli en gerileyici kültürler gibi aşırı bir durumda, tam da bu arzu hâkimdir ve bilinçliyken bu seviyeden çıkma arayışları bastırılır. Gerileyici amaçtan ruhsal gelişmeci amaca ilerlemiş bir kültürde, karanlığı temsil eden güçler bilinçsizdir. Fakat her kültürdeki insanda tüm potansiyeller vardır; ilk insandır, yırtıcı hayvandır, yamyamdır, putperesttir hem de mantık, sevgi ve adalet kapasitesine sahiptir. O zaman bilinçdışının içeriği ne iyidir ne de kötü, ne mantıklıdır ne de mantıksız; bilinçdışının içeriği her ikisidir; hepsi insandır. Bilinçdışı, bütünlük içindeki insan eksi insanın içinde bulunduğu toplumla uyuşan parçasıdır. Bilinç, sosyal insanı, bireyin içine atıldığı tarihsel durumun oluşturduğu rastlantısal sınırlamaları yansıtır. Bilinçdışı evrensel insanı, evrende kök salan bütün insanı yansıtır; içindeki bitkiyi, hayvanı, ruhu yansıtır; insan varoluşunun doğuşundan beri tüm geçmişini yansıtır ve insanın tamamen insan olacağı, insanın "doğallaştığı" kadar doğanın da insanlaştığı güne kadarki geleceğini yansıtır.

Bilinçdışını baskısızlaştırmanın bilincine vardırmaktan söz edersek bilincin ve bilinçdışının bizim yaptığımız gibi tanımlanması ne anlama gelir?

Freud'un kavramlarında, bilinçdışını bilinçlendirmenin işlevi sınırlıydı, çünkü her şeyden önce, bilinçdışı, esasen uygar yaşamla uyuşmayan bastırılmış, içgüdüsel arzuları içermeliydi. Freud, farkındalığı bireyin geçmişinde bastırılmış olduğu farz edilen ensest dürtüler, hadım edilme korkusu, penise imrenme gibi tekil içgüdüsel arzularla ilgilenmişti. Bastırılan dürtünün farkındalığı, muzaffer Benliğin hâkimiyetine müsait olmalıydı. Freud'un bilinçdışının sınırlı kavramından

kendimizi kurtarıp, yukarıda verilen kavramı uygularsak Freud'un bilinçdışını bilince ("Alt Benliği Benliğe") dönüştürme amacı çok daha geniş ve derin bir anlam kazanır. *Bilinçdışını bilinçlendirmek sadece insanın evrenselliği görüşünü bu evrenselliğin yaşam deneyimine dönüştürür; hümanizmin deneysel gerçekleşmesidir.*

Freud, bastırmanın kişinin gerçeklik duygusuna nasıl engel olduğunu ve bastırmayı kaldırmanın gerçekliğin yeni bir şekilde idrakini sağladığını açıkça görmüştür. Freud, bilinçsiz arayışların bozucu etkisini "aktarım" olarak adlandırmıştır; sonradan H. S. Sullivan, aynı fenomene, "parataksik distorsiyon/parataksik çarpıtma" adını vermiştir. Freud, ilk olarak hastayla psikanalistin ilişkisinde, hastanın psikanalisti olduğu gibi görmediğini, kendi (hasta) beklentilerinin, arzularının ve kaygılarının, ilk başta çocukluğunun önemli kişileriyle yaşadığı deneyimlerin oluşturduğu şekildeki bir yansıması olarak gördüğünü keşfetmişti. Hasta ancak bilinçdışıyla temas kurduğunda kendi ürettiği çarpıtmaların üstesinden gelebilir ve analisti ya da kendi annesini veya babasını oldukları kişi gibi görür.

Freud'un burada keşfettiği olgu, gerçeği çarpıtılmış bir şekilde gördüğümüzdür. Birini olduğu gibi gördüğümüzü sandığımızda aslında farkında olmadan o kişinin imajına ait kendi öngörümüzü görürüz. Freud, sadece aktarımın çarpıtıcı etkisini görmekle kalmamış, bastırmanın başka birçok bozucu etkisini de görmüştür. Mademki, kişi bilmediği ve bilinçli düşüncesine ters dürtüler tarafından güdüleniyor, o zaman kendi bilinçsiz arayışlarını da başka bir kişiye yansıtabilir ve dolayısıyla kendi içinde onların farkında olmayıp, (kızgınlıkla) diğerinin "yansımasına" ait olarak görebilir. Veyahut kendi içlerinde tamamen farklı kaynakları olan dürtüler için mantıklı sebepler icat edebilir. Gerçek dürtüleri bilinçsiz olan amaçlar için sahte bir açıklama olan bu

bilinçli akıl yürütme, Freud tarafından *mantığa bürüme* olarak adlandırılmıştır. İster aktarımla, yansımayla ya da mantığa bürümeyle uğraşalım insanın bilincinde olduğu şeyin çoğu hayal ürünüdür; bu arada bastırdığı şey (yani bilinçsiz olan şey) ise gerçektir.

Toplumun, yukarıda bahsedildiği gibi insanın inisiyatifini yavaş yavaş yok etme etkisini hesaba katıp, ayrıca bilinçdışını neyin oluşturduğuna dair daha kapsamlı kavramımızı göz önüne alınca, yeni bir bilinçsizlik-bilinçlilik kavramına varırız. Ortalama bir insanın düşünürken uyanık olduğunu, daha doğrusu yarı uykuda olduğunu söyleyerek başlayabiliriz. "Yarı uykuda" ile kastettiğim, gerçeklikle temasının çok kısmi bir şey olduğudur; (kişinin içindeki veya dışındaki) gerçek sandığı şeyin çoğu kısmı, zihninin oluşturduğu birtakım hayallerdir. Gerçeğin ancak, toplumsal işlevinin gerektirdiği dereceye kadar farkındadır. Hemcinslerinin farkındadır çünkü onlarla işbirliği yapması gerekmektedir; maddi ve toplumsal gerçekliğin farkındadır çünkü onu manipüle etmek için farkında olması gerekir. *Gerçeğin, yaşamını sürdürebilme amacının o farkındalığı gerektirdiği dereceye kadarının farkındadır.* (Aksine, uyku halindeyken, dış gerçekliğin farkındalığı geçici olarak durur fakat gereklilik durumunda kolayca geri kazanılır, delilik durumunda ise dış gerçekliğin farkındalığı tam olarak yok olur ve herhangi bir acil durumda bile geri kazanılamaz.) Ortalama insanın bilinci, esasen hayal ürünlerinden ve yanılsamalardan oluşan "sahte bilinçtir", bu esnada farkında olmadığı şey, gerçekliktir. Dolayısıyla kişinin neyin bilincinde *olduğunu*, neyin bilincine *vardığını* ayırt edebiliriz. Çoğunlukla hayallerin *bilincindedir*; bu hayallerin altında yatan gerçekliğin ise *bilincine varabilir*.

Önceden irdelenen önermelerden, bilinçsizliğin başka bir yanı da olduğu sonucu çıkar. Bilinç, toplumun şekillendirdiği deneyimin sadece küçük bir kısmını yansıttığına ve

bilinçdışı ise, evrensel insanın zenginliği ile derinliğini yansıttığına göre, bastırılmışlık hali rastlantısal, sosyal insan olan benim, benden, bütün insan kişiliğimden ayırılmam olgusuyla sonuçlanır. Kendime yabancıyım ve diğer herkes de bana aynı ölçüde yabancı. İnsani olan engin deneyim alanından kopartılırım ve kendisi ile diğerlerinin içinde gerçek olan ne varsa sadece onu yaşayan bir sakat olarak, bir insanın bir parçası olarak kalırım.

Buraya kadar sadece bastırılmışlığın bozucu etkisinden bahsettik; çarpıtmaya yol açmayıp, bahsedilmesi gereken bir yönü daha kaldı, o da bir deneyimi *düşünme* yoluyla gerçekdışı kılan yönüdür. Bununla kastettiğim, gördüğümü sanırım – ama sadece *kelimeleri görürüm*– olgusudur; hissettiğimi sanırım ama sadece *duyguları düşünürüm.* Düşünen kişi, yabancılaşmış kişidir, Platon'un mağara benzetmesinde sadece gölgeleri görüp yanlışlıkla o anın gerçekliği ile karıştıran kişidir.

Bu düşünme süreci, dilin muğlaklığı ile alakalıdır. Bir şeyi bir kelime ile ifade ettiğim an, bir yabancılaşma gerçekleşir ve o kelime, deneyimin tamamının yerini alır. Deneyimin tamamı aslında, sadece dille ifade edildiği anda mevcuttur. Bu genel düşünme süreci, modern kültürde, tarihte herhangi bir zamanda olduğundan çok daha yaygın ve yoğundur. Bilimsel ve teknik edinimler için şart olan zihinsel bilgiye ve onunla bağlantılı olarak okur-yazarlığa ve eğitime verilen önem arttıkça kelimelerin deneyimlerin yerini alması da giderek artar. Yine de ilgili kişi bundan habersizdir. O, bir şey gördüğünü sanır; bir şey hissettiğini sanır; ama anı ve düşünce haricinde hiçbir deneyim yoktur. Gerçeği kavradığını sandığında onu kavrayan sadece beyin-benliktir; o, bütün insan, gözleri, elleri, kalbi, karnı hiçbir şey anlamaz; aslında *o, kendisinin* olduğunu sandığı deneyimde yer almaz.

O zaman, bilinçdışının bilinç haline geldiği süreçte neler olur? Bu soruyu cevaplarken bunu daha iyi bir şekilde yeni-

den formüle etmişizdir. "Bilinç" diye bir şey yoktur, "bilinçdışı" diye bir şey yoktur. Bilinçlilik-farkındalık dereceleri ve bilinçsizlik-farkında olmama dereceleri vardır. O zaman sorumuz şöyle olmalı: Önceden farkında olmadığım şeyin farkına varırken neler olur? Önceden anlatılanlar uyarınca, bu sorunun genel cevabı, bu süreçte her adımın, "normal" bilincin hayal ürünü, gerçekdışı karakterini anlama yönünde olduğudur. Bilinçsiz olan şeyde bilinçlenmek ve böylece kişinin bilincini genişletmesi, gerçekle ve –bu bağlamda– hakikatle temas (düşünsel ve duygusal anlamda) kurmaktır. Bilinci genişletmek, uyanmak, örtüyü kaldırmak, mağaradan çıkmak, karanlığa ışık getirmek demektir.

Bu, Zen-Budistlerin "aydınlanma" dediği deneyim olabilir mi?

Bu soruya sonra tekrar döneceğim için bu noktada psikanaliz için önemli noktayı, yani bilinçsizliğin bilinçliliğe dönüşmesini[21] etkileyecek olan *sezgi ve bilginin niteliği* konusunu biraz daha ele almak istiyorum. Kuşkusuz, psikanaliz araştırmalarının ilk yıllarında Freud da bilginin düşünsel, teorik bilgi olduğunu savunan geleneksel, rasyonalist görüşü paylaşıyordu. Hastaya, belli gelişmelerin neden olduğunu açıklamanın ve analistin hastanın bilinçdışında neler bulduğunu anlatmanın yeterli olduğunu düşünüyordu. "Yorumlama" denilen bu düşünsel bilginin hastada bir değişiklik yapması gerekiyordu. Fakat bir süre sonra Freud ile diğer analistler, Spinoza'nın *düşünsel* bilginin değişime yol açabilmesi için aynı zamanda *duygusal* bilgi de olması gerektiğine dair ifadesinin doğru olduğunu keşfetmek zorunda kaldılar. Düşünsel bilginin bir değişim meydana getirmediği açıklığa kavuştu.

21 Bu dönüşümü ifade eden bir kelimemiz yok. Buna, "bastırılmışlığın evirtimi" ya da daha somut olarak "uyanma" diyebiliriz. Benim önerim, "baskısızlaştırma" terimidir.

Kişi ancak, bilinçsiz arayışlarının düşünsel bilgisi ile onları daha iyi kontrol edebilir; bu da psikanalizden ziyade geleneksel ahlakın amacıdır. Hasta, tarafsız bir bilimsel gözlemcinin araştırmasının nesnesi olarak inceleme altında olduğu sürece, hakkında *düşünmek* haricinde bilinçdışıyla temasta değildir; kendi içindeki daha geniş ve derin gerçekliği *yaşamaz*. Kişinin bilinçdışını keşfetmesi, kesinlikle düşünsel bir eylem *değil*, mümkün olsa bile kelimelerle ifade edilmesi zor olan duygusal bir deneyimdir. Bu, düşünmenin ve tahmin yürütmenin keşif eyleminden önce gelmeyeceği anlamına gelmez; keşif eyleminin kendisi, daima *bütünsel* bir deneyimdir. Bütünlük içindeki insanın onu deneyimlemesi anlamındadır; kendiliğindenliği ve aniliği ile nitelenir. Kişinin gözleri birden açılır; kendisi ile dünya, farklı bir ışıkta görünür, farklı bir bakış açısından görülür. Deneyim gerçekleşmeden önce çoğunlukla büyük bir kaygı doğarken sonrasında yeni bir güç ve kesinlik duygusu var olur. Bilinçdışını keşfetme süreci, derinden hissedilen ve teorik, düşünsel bilgiyi aşıp giderek genişleyen deneyimler dizisi olarak tarif edilebilir.

Bu tür *deneyimsel bilginin* önemi, özne-aklın kendini nesne olarak gözlemlediği bilgi ve farkındalığı aşması ve böylece Batılı akılcı bilme kavramını aşması olgusunda yatar. (Batı geleneğindeki deneyimsel bilgiyle uğraşılan istisnalar, Spinoza'nın bilginin en yüksek biçimi olan önsezisinde; Fichte'nin düşünsel önsezisinde; ya da Bergson'un yaratıcı bilincinde bulunur. Tüm bu önsezi türleri, özne-nesne arasında bölünmüş bilgiyi aşar. Bu tür deneyimin Zen-Budizm problemi için önemi, bilahare, Zen tartışması içinde açıklığa kavuşturulacaktır.)

Psikanalizin temel unsurlarına ilişkin kısa taslağımızda söz edilmesi gereken bir nokta da *psikanalistin rolü*dür. Başta, hastasını tedavi eden herhangi bir doktordan farklı değildi. Fakat birkaç yıl sonra durum kökünden değişti. Freud, ana-

listin kendinin de analiz edilmesi yani, sonrasında hastaya uygulayacağı süreçten önce kendisinin geçmesi gerektiğini kabullendi. Analistin çözümlenmesi ihtiyacı, analisti kendi kör noktalarından, nörotik eğilimlerinden kurtarma gerekliliğinin sonucu olarak açıklandı. Fakat bu açıklama, Freud'un kendi görüşü, yukarıda alıntılanan, analistin kendisi ile hasta arasında "her tür sahtelik ve aldatmacayı dışlayan" "hakikat sevgisine" dayalı bir ilişki yürütebilecek "bir model", "bir öğretmen" olabilmesi gerektiğine dair önceki ifadeleri söz konusu olduğunda yetersiz görünür. Freud burada muhtemelen, analistin hastasıyla ilişkisinde bir doktorunkini aşan bir işlevi olduğunu kastetmiştir. Fakat yine de, analistin tarafsız gözlemci, hastanın da gözleminin *konusu* olması konusundaki temel kavramını değiştirmedi. Psikanalizin tarihçesinde tarafsız gözlemci kavramı, iki yandan değiştirildi. İlki, Ferenczi tarafından, yaşamının son yıllarında önerildi. Buna göre, analistin sadece gözlemleyip yorumlaması yeterli değildi; hastasını, onun çocukken ihtiyaç duyup da hiç tadamadığı sevgiyle sevebilmeliydi. Ferenczi, analistin hastasına erotik bir sevgi duymasını kastetmemişti, aklındaki daha ziyade anne baba sevgisi ya da genel olarak sıcak, yakın ilgi göstermesiydi.[22] H. S. Sullivan, aynı noktaya farklı bir yandan yaklaşmıştır. Analistin, tarafsız bir gözlemci tutumu izlememesi, *"katılımcı bir gözlemci"* gibi davranması gerektiğini düşünmüş, dolayısıyla analistin tarafsızlığına ilişkin geleneksel görüşü aşmıştır. Benim görüşüme göre, Sullivan yeterince ileri gitmemiş olabilir, analistin rolünün katılımcı gözlemci yerine *"gözlemci katılımcı"* olarak tanımlanması tercih edilebilir. Fakat "katılımcı" ifadesi burada kastedileni

---

22 *Krş.* S. Ferenczi, *Collected Papers-Tebliğlerden Derlemeler*, Clara Thompson düzenlemesi (Basic Books, Inc.) ve Izette de Forest'in Ferenczi'nin fikirleri üzerine mükemmel bir incelemesi: *The Leaven of Love* (New York, Harper, 1954).

tam olarak ifade etmez; "katılmak" yine de dışarıda olmaktır. Bir diğer kişi hakkındaki bilgi, o kişinin içinde olmayı, o kişi *olmayı* gerektirir. Analist, hastayı ancak hastanın tüm deneyimlediklerini kendi içinde yaşarsa anlar; aksi takdirde hasta *hakkında* sadece düşünsel bilgiye sahip olabilir, hastanın ne deneyimlediğini asla gerçekten bilemez ve hastanın deneyimlerini anlayıp paylaştığını ona aktaramaz. Analistle hasta arasındaki bu üretken ilişkide, hastayla tamamen bağlı olma eyleminde, ona karşı tamamen açık ve duyarlı olmada, onu iyice içine çekmede, bu merkezden merkeze ilişkide, psikanalitik anlayışın ve tedavinin temel koşulları yatar.[23] Analist, hasta haline gelmeli ama yine de kendisi olmalıdır; doktor olduğunu unutmalı ama yine de bunun farkında olmalıdır. Ancak bu çelişkiyi kabullendiğinde otorite taşıyan yorumlar yapabilir çünkü bunlar kendi deneyimlerinde köklenmiştir. Analist, hastayı analiz eder, hasta da analisti analiz eder çünkü analist hastasının bilinçdışını paylaşarak kendi bilinçdışını açıklığa kavuşturamaz. Dolayısıyla analist, hastayı tedavi etmekle kalmaz, hasta tarafından tedavi edilmiş de olur. Sadece hastayı anlamakla kalmaz, sonunda hasta da onu anlar. Bu aşamaya erişildiğinde beraberliğe ve paylaşıma ulaşılır.

Hastayla olan bu ilişki gerçekçi ve tüm duygusallıktan arınmış olmalıdır. Bir başka insanı ne analist ne de herhangi biri "kurtarabilir". Bir rehber gibi –ya da bir ebe gibi– davranabilir; yolu gösterebilir, engelleri kaldırabilir ve bazen doğrudan yardım edebilir fakat ancak hastanın kendisinin yapabileceği şeyleri hasta için yapmaz. Bunu hastaya tam olarak açıklamalıdır; sadece sözlerle açıklaması yetmez, dav-

23 *Krş.* "The Limitations and Dangers of Psychology" (Psikolojinin Sınırlamaları ve Tehlikeleri) üzerine Religion and Culture'da 1959'da W. Leibrecht tarafından düzenlenip basılan makalem.

ranışlarıyla da belli etmelidir. İki insan arasındaki ilişkinin olması gerekenden daha da sınırlı olan gerçekçi durumun farkındalığını vurgulamalıdır. Analist, kendi hayatını yaşayacaksa ve aynı anda birçok hastaya hizmet verecekse zaman ve mekân açısından sınırlamalar vardır. Fakat analistle hasta karşılaştıkları sırada bir sınırlama yoktur. Analiz seansı sırasında karşılaşma gerçekleştiğinde birbirleriyle konuşurken, hasta için olduğu kadar analist için de bu konuşmadan daha önemli bir şey yoktur. Hastayla ortak çalıştıkları yıllar boyunca analist, aslında doktorun geleneksel rolünü aşar; kendisi tam bir öz farkındalık ve özgürlüğe erişene kadar, kendi yabancılaşmasının ve ayrılığının üstesinden gelene kadar kendinin analiz edildiğini asla düşünmemek kaydıyla bir öğretmen, bir model, belki de bir üstat haline gelir. Analistin didaktik analizi, sürekli bir öz analiz, yani giderek artan farkındalık sürecinin sonu değil, başlangıcıdır.

5

Zen-Budizm'in Prensipleri

Önceki sayfalarda Freudcu psikanaliz ile onun hümanist psikanalizdeki devamına ilişkin kısa bir taslak verdim. İnsanın varoluşunu ve varoluşun yönelttiği soruyu; yabancılaşma ve ayrılığın üstesinden gelmek şeklinde tanımlanan esenliğin niteliğini; psikanalizin hedefine erişmek için kullandığı özel yöntemi, yani bilinçdışının nüfuz etmesini ele aldım. Bilinçlilik ile bilinçsizliğin yapısının ne olduğu; psikanalizde "bilmenin" ve "farkındalığın" ne anlama geldiği sorusuna değindim ve son olarak da, analistin süreç içerisindeki rolünü ele aldım.

Psikanaliz ile Zen arasındaki ilişkiyi müzakere etmeye zemin hazırlamak için, sanırım Zen-Budizm'in şematik bir resmini vermem gerekirdi. Neyse ki, Dr. Suzuki'nin derslerinin (ve diğer yazılarının) amacı, kesinlikle, kelimelerle ifade edilebildiği kadarıyla Zen ilkelerinin niteliği hakkında bir fikir aktarmak olduğu için benim bunu yapmama gerek yok. Bununla birlikte, Zen'in psikanaliz üzerinde doğrudan etkisi olan ilkelerinden bahsetmeliyim.

Zen'in özü, aydınlanmanın kazanımıdır (*satori*). Bu deneyimi yaşamamış biri, Zen'i asla tam olarak anlayamaz. Ben de *satori*'yi yaşamadığım için Zen'den olması gerektiği şekilde –

deneyimin olgunluğuyla– değil, ancak yüzeysel olarak bahsedebilirim. Fakat bu, C. G. Jung'un öne sürdüğü gibi, *satori*'nin "bir Avrupalının kavramasının neredeyse imkânsız olduğu bir aydınlanma yöntemini ve sanatını betimlemesi" nedeniyle değildir.[24] Aslında Avrupalı için Zen, Heraklitus'tan, Meister Eckhart'tan veya Heidegger'den daha zor değildir. Zorluk, *satori*'yi elde etmek için gereken muazzam çabadadır; bu çaba, çoğu insanın üstlenmek isteyeceğinden fazladır, bu yüzden *satori*, Japonya'da bile nadirdir. Bununla birlikte, Zen hakkında yetkiyle konuşamayacak olmama rağmen Dr. Suzuki'nin kitabını okuma, konferanslarından birkaçını dinleme ve Zen-Budizm hakkında bulabildiğim başka şeyleri de okuma şansını yakalamış olmam bana Zen'i oluşturan şeyler hakkında en azından yaklaşık bir fikir verdi. Umarım bu fikir, Zen-Budizm ile psikanaliz arasında deneme niteliğinde bir karşılaştırma yapabilmemi sağlar.

Zen'in temel amacı nedir? Suzuki'nin sözleriyle ifade edersek: "Zen, özünde, kişinin varlığının doğasını kavramasını sağlayan ve esaretten özgürlüğe giden yolu gösteren sanattır ... Zen'in, normal şartlar altında faaliyete geçebilmek için uygun bir kanal bulamayacakları şekilde engellenen ve saptırılan bütün enerjileri düzgün bir şekilde serbest bırakıp, her birimizin içinde doğal olarak depoladığı söylenebilir ... Demek ki, Zen'in amacı, bizi delirmekten veya sakat kalmaktan kurtarmaktır. Özgürlükten kastım, kalplerimizde doğal olarak var olan tüm yaratıcı ve iyicil dürtülere esneklik sağlamaktır. Genelde bizi mutlu edecek ve başkalarına karşı sevecen davranmamızı sağlayacak gerekli yeteneklere sahip olduğumuz gerçeğini görmeyiz."[25] Bu tanımda, Zen'in esas

24 D. T. Suzuki'nin *Introduction to Zen Buddhism* (*Zen Budizm'e Giriş*) (London, Rider, 1949) adlı kitabında s. 9-10'daki Önsöz.

25 D. T. Suzuki, *Zen Buddhism* (New York, Doubleday Anchor Book, 1956), s. 3.

özelliklerinden üzerinde durmak istediğim birkaçını bulabiliriz: Zen, *kişinin varlığının doğasını kavrama* sanatıdır*; esaretten özgürlüğe giden yoldur; doğal enerjilerimizi serbest bırakır; delirmemizi veya sakat kalmamızı önler; mutluluk ve sevme* yeteneklerimizi dışa vurmaya zorlar.

Zen'in nihai amacı, *satori* denen aydınlanma deneyimidir. Dr. Suzuki, bu derslerinde ve diğer yazılarında, verilebilecek en fazla tarifi vermiştir. Bu yorumlarda, Batılı okur ve özellikle de psikolog için özel önem taşıyan bazı yönleri vurgulamak istiyorum. *Satori*, anormal bir ruh hali *değildir*; gerçekliğin yok olduğu bir trans hali de *değildir*. Bazı dini tezahüratlarda görüldüğü gibi narsist bir ruh hali değildir. "Aksine son derece normal bir ruh halidir..." Jöshü'nün belirttiği gibi, "Zen, gündelik düşünce tarzınızdır, kapının içeri mi dışarı mı açıldığı, tamamen menteşenin ayarlanmasına bağlıdır."[26] *Satori*'nin, onu deneyimleyen kişi üzerinde özel bir etkisi vardır. "Bütün zihinsel faaliyetleriniz artık, çok daha doyurucu, daha huzurlu, daha önce yaşadıklarınızdan çok daha mutluluk dolu farklı bir akortta işleyecektir. Yaşamın tonu değişecektir. Zen'e sahip olunduğunda yenileyici bir şey gelir. Bahar çiçekleri daha güzel görünür, deli çay daha serin ve şeffaf akar."[27]

Satori'nin, Dr. Suzuki'nin yukarıda alıntılanan pasajda tasvir ettiği esenlik halinin gerçek anlamda yerine getirilmesi olduğu gayet açık. Aydınlanmayı, psikolojik terimlerle ifade etmeye çalışsaydık bunun, kişinin tamamen kendi içindeki ve dışındaki gerçekliğe döndüğü, gerçekliğin tamamen farkında olup onu tamamen kavradığı bir hal olduğunu söylerdim. *O*, bunun farkındadır, yani beyni ya da vücudunun herhangi bir

26 D. T. Suzuki, *Introduction to Zen Buddhism* (*Zen Budizmi'ne Giriş*) (London Rider, 1949), s. 97.

27 *Age.*, s. 97-98.

parçası değil, *kendisi*, bütün insan, bunun farkındadır. *Onun* farkındadır; düşüncesiyle kavradığı ta ötedeki bir nesnenin değil de, *onun*, yani çiçeğin, köpeğin, insanın tam gerçekliğiyle farkındadır. Uyanan kişi, dünyaya açık ve duyarlıdır; açık ve duyarlı olabilir çünkü bir nesne gibi kendine tutunmaktan vazgeçmiş, böylece boşalıp, almaya hazır hale gelmiştir. Aydınlanmış olmak, "tüm kişiliğin gerçekliğe tam olarak uyanışı" demektir.

Aydınlanma halinin, bir çözülme hali ya da kişinin derin uykudayken kendini uyanık *sandığı* bir trans hali olmadığını anlamak çok önemli. Batılı psikolog, kuşkusuz, *satori*'nin sadece öznel bir durum olduğuna, kendiliğinden uyarılmış bir trans türü olduğuna inanmaya eğilimli olacaktır, Dr. Jung gibi Zen'e olumlu bakan bir psikolog bile aynı hatayı yapmaktan kaçamaz. "Hayal gücünün" kendisi ruhsal bir oluşumdur, dolayısıyla aydınlanma için gerçek veya hayali denmesi oldukça önemsizdir. Aydınlanmış biri ya da aydınlandığını iddia eden, aydınlandığını düşünen biri... Yalan söylemişse bile yalanı ruhsal bir gerçek olurdu."[28] Bu, tabii ki, Jung'un dinsel deneyimin "hakikatine" karşı genel göreci tutumunun bir parçasıdır. Ben, onun aksine, bir yalanın yalan olması dışında "ruhsal bir gerçek" olduğuna da herhangi başka bir gerçek olduğuna da asla inanmıyorum. Fakat iyi tarafları ne olursa olsun, Zen-Budistleri, Jung'un fikirlerini kesinlikle paylaşmazlar. Aksine, onlar için, yeni bir bakış açısı edinmenin gerçek olduğu, dolayısıyla doğru olduğu hakiki *satori* deneyimi ile Zen öğrencisinin *satori*'yi elde ettiğine inandığı, üstadının ise henüz elde etmediğini açıkça belirtmesi gereken isterik ya da psikotik yapıda sahte bir deneyim arasındaki farkı ayırt etmek kritik önem taşır. Zen üstadının görevlerin-

28 Suzuki, *Introduction to Zen Buddhism*, s. 15 Önsöz.

den biri, kesinlikle, öğrencisinin gerçek ve hayali aydınlanma konusundaki kafa karışıklığına karşı tetikte olmaktır.

Gerçeğe tam olarak uyanmak, yine psikolojik terimlerle konuşursak, "üretken yönelime" tam olarak erişmiş olmaktır. Bu, kişinin kendisini dünyayla çabuk kavrayan, sömürücü, biriktirici veya pazarlayıcı şekilde değil de, yaratıcı ve etkin bir şekilde (Spinoza'nın kastettiği anlamda) ilişkilendirmesi demektir. Tam üretkenlik halindeyken beni "ben olmayandan" ayıran peçeler yoktur. Nesne artık bir nesne olmaktan çıkar; bana karşı durmaz, benimle birliktedir. "Bir gül görüyorum," dediğimde artık gül, sadece nesnenin, yani gülün, "gül" kategorisine dahil olduğunu ifade ettiğim şekilde düşüncem için bir nesne değil, "gül bir güldür bir güldür"[29] şeklindedir. Üretkenlik hali, aynı zamanda en üst tarafsızlık halidir; nesneyi, hırslarımın ve korkularımın çarpıtması olmadan görürüm. Nesneyi, olmasını ya da olmamasını istediğim şekilde değil, olduğu gibi görürüm. Bu algılama biçiminde parataksik distorsiyon bulunmaz. Tam bir canlılık ve öznellik-nesnellik sentezi vardır. Yoğun bir şekilde yaşarım, yine de nesne olduğu gibi kalır. Onu hayata getiririm, o da beni hayata getirir. *Satori*, sadece, dünyayı algılamasının ne dereceye kadar salt zihinsel ya da parataksik olduğunun farkında olmayan kişiye gizemli görünür. Kişi bunun farkındaysa, tamamen gerçekçi diyebileceği farklı bir farkındalığın da farkındadır. Bu farkındalık sadece anlık görünüşler olarak da yaşanmış olabilir, yine de ne olduğu tasavvur edilebilir. Küçük bir çocuk, piyanoyu büyük bir usta gibi çalamaz. Ama ustanın çalışı esrarengiz bir şey değildir; sadece çocuğun sahip olduğu temel tecrübenin mükemmelleştirilmesidir.

29 "A rose is a rose is a rose." Bu ifade Gertrude Stein'ın bir şiirinden alıntılanan meşhur sözüdür; özdeşlik ilkesindeki A, A'dır gibi, bir şey neyse odur anlamındadır. Stein'a göre bu cümle, bir nesnenin ismini kullanmanın ona ilişkin hayalleri ve duyguları da uyandırdığı gerçeğini ifade eder. (çev.)

Gerçekliğin çarpıtılmamış ve beyinsel olmayan bir şekilde algılanışının, Zen deneyiminin esas unsuru olduğu, iki Zen hikâyesinde açıkça ifade edilir. Bunlardan biri, üstadın bir keşişle sohbetinin hikâyesidir:

"Hakikat konusunda eğitilmek için bir çaba gösterdin mi?"
"Evet, gösterdim."
"Nasıl çalışırsın?"
"Acıkınca yerim, yorulunca uyurum."
"Bu, herkesin zaten yaptığı şey; onların da senin yaptığın gibi çalıştıkları söylenebilir mi?"
"Hayır."
"Neden?"
"Çünkü yediklerinde yemiyor, diğer bir sürü şeyi düşünüp kendilerinin huzursuz olmalarına yol açıyorlar; uyuduklarında uyumuyor, bin bir şeyi düşlüyorlar. Bu yüzden benim gibi değiller."[30]

Hikâyenin açıklanmaya pek ihtiyacı yok. Güvensizliğin, ihtirasın, korkunun yönettiği sıradan kişi, sürekli olarak, orada olmayan fakat kendisinin içine yansıttığı niteliklerle örtülü bir fantezi dünyasının (ille de farkında olması gerekmez) tuzağına düşer. Bu konuşmanın yapıldığı dönemde bu doğruydu; bugün, neredeyse herkes, içindeki görebilen, duyabilen, hissedebilen tadabilen bu güçleri kullanmak yerine düşünceleriyle görmekte, duymakta, hissetmekte ve tatmaktayken bunun daha ne kadarı doğrudur?

Aynı derecede açıklayıcı bir başka ifade de bir Zen üstadına ait, şöyle söylemiş: "Aydınlanmadan önce bana göre nehirler nehir, dağlar da dağdı. Aydınlanmaya başladığımda artık nehirler nehir değil, dağlar da dağ değildi. Artık, aydınlandığımdan beri, nehirler yine nehir, dağlar yine dağ."

30 Suzuki, *Introduction to Zen Buddhism*, s. 86.

Yine gerçekliğin yeni yorumunu görüyoruz. Ortalama insan, Platon'un mağarasında gölgeleri görüp, cisim zanneden adam gibidir. Bu hatayı anlayınca sadece gölgelerin cisim *olmadığını* bilir. Fakat aydınlanınca, aydınlık için mağarayı ve karanlığını terk etmiştir; orada gölgeyi değil, cismi görür. Uyanıktır. Karanlıkta olduğu sürece aydınlığı anlayamaz. (İncil'de söylendiği gibi: "Karanlıkta bir ışık parlar ve karanlık onu alt edemedi.") Karanlıktan çıkınca dünyayı gölge olarak görmesiyle şimdi gerçek olarak görmesi arasındaki farkı anlar.

Zen, kişinin kendi doğasını bilmesini amaçlar. "Kendini bilmeni" arar. Fakat bu bilgi, modern psikoloğun "bilimsel" bilgisi, kendinin bir nesne olduğunu bilen anlayan aklın bilgisi değildir; Zen'de kendinin bilgisi, düşünsel olmayan, yabancılaşmamış bilgidir, bilenle bilinenin bir olduğu eksiksiz deneyimdir. Suzuki'nin öne sürdüğü gibi: "Zen'in temel fikri, kişinin kendi varlığının içsel çalışmalarıyla temasa geçmesi ve bunu mümkün olan en dolaysız yoldan, dıştan gelen veya katılmış hiçbir şeye başvurmadan yapmasıdır."[31]

Kişinin kendi doğasının içyüzünü anlaması, bir bakıma dışarıda duran düşünsel bir şey değil, içeride bulunan deneyimsel bir şeydir. Bu düşünsel ve deneyimsel bilgiler arasındaki fark, Zen için esas önemli noktadır; aynı zamanda da, Zen'i anlamaya çalışan Batılı öğrencinin temel zorluklarından birini oluşturur. Batı (mistikler gibi birkaç istisna dışında), iki bin yıldır, varoluş probleminin cevabının düşünceyle verilebileceğine inanıyor; dinde ve felsefede "doğru cevap" en yüksek önemde. Bu ısrarlılık, doğabilimlerinin ilerlemesinin yolunu hazırladı. Burada doğru düşünce, varoluş problemine nihai cevabı vermemesine rağmen yöntemin özünde mevcuttur ve düşüncenin uygulanması, yani tekniği için gereklidir. Diğer taraftan Zen, yaşamın nihai cevabının düşünceyle verilemeyeceği öncülüne dayalıdır. "İşler düzenli

31 *Age.*, s. 44.

gidişatı izlerken 'evet' ve 'hayır' şeklindeki düşünsel alışkanlıklar gayet uygundur fakat yaşamın nihai sorusu geldiğinde, akıl tatminkâr bir cevap vermeyi başaramaz."[32] Tam da bu nedenle, *satori* deneyimi, asla düşünsel şekilde aktarılamaz. Bu, "kendileri önceden yaşamamışsa, hiçbir açıklama ve tartışma miktarıyla başkalarına aktarılamayacak bir deneyimdir. *Satori*, daha önce bunu yaşamamış birine tam olarak anlaması bakımından analiz etkisi altında veriliyorsa o *satori*, *satori* değildir. Kavrama dönüştürülmüş *satori*, kendini durdurur ve artık bir Zen deneyimi yaşanamaz."[33]

Yaşamın nihai sorusuna düşünsel formülasyonla cevap verilememesi bir yana, aydınlanmaya erişmek için, kişinin, zihnin doğru içgörüyü engelleyen kurgularını da ortadan kaldırması gerekir. "Zen, kişinin zihninin özgür ve engellenmemiş olmasını ister; birlik ve bütünlük fikri bile, ruhun gerçek özgürlüğünü tehdit eden bir ayak bağı ve tuzaktır."[34] İlave bir sonuç da, Batılı psikologların çok üstünde durdukları katılım ve empati kavramının Zen düşüncesinde kabul edilemez olduğudur. "Katılım veya empati fikri, birincil deneyimin düşünsel yorumlarıdır, oysa deneyimin kendisi söz konusu olduğu müddetçe hiçbir türden ikiliğe yer yoktur. Bununla birlikte akıl, düşünsel yaklaşımın etkisi altında kalması için kendini zorla kabul ettirip deneyimi parçalar, bu da ayrımsama veya çatallanma demektir. O zaman baştaki kimlik duygusu kaybolur ve aklın, karakteristik gerçeği parçalara ayırma özelliğine izin verilmiş olur. Katılım veya empati, düşünselleştirmenin sonucudur. Gerçek deneyimi yaşamamış bir düşünür, buna kapılmaya mahkûmdur."[35]

---

32 *Age.*, s. 67.

33 *Age.*, s. 92.

34 *Age.*, s. 41.

35 D. T. Suzuki, *Mysticism, Christian and Buddhist*, World Perspective Series, ed. R. N. Anshen (Harper, New York, 1957), s. 105.

Sadece akıl değil, herhangi bir otoriter kavram veya figür de deneyimin kendiliğindenliğini kısıtlar; dolayısıyla Zen, "kutsal sutralara veya onların akıl vasıtasıyla yapılan ve öğrenilen yorumuna gerçek bir önem vermez. Kişisel deneyim, otoriteye ve nesnel belirtiye güçlü bir şekilde karşı koyar..."[36] Zen Tanrısında ısrar da edilmez, inkâr da edilmez. "Zen mutlak özgürlüğü, Tanrıdan bile arınmış olmayı gerektirir."[37] Aynı şekilde Buda'dan bile arınmış olunmasını ister; dolayısıyla Zen, "Buda kelimesini telaffuz ettiğinde ağzını temizle!" der.

Zen'in düşünsel içgörüye karşı tavrı uyarınca, öğretme amacı, Batı'da olduğu gibi, mantıklı düşünmenin daima artan inceliği değildir; Zen'in yöntemi, "kişiyi, içinden mantık yoluyla değil, daha üst bir seviyenin sayesinde kaçmayı bececeği bir açmaza sokmayı kapsar".[38] Dolayısıyla öğretmen, Batılı anlamda bir öğretmen değildir. Kendi zihninin efendisi olduğu için bir üstattır; dolayısıyla öğrencisine aktarılabilecek yegâne şeyi, yani varoluşunu aktarabilir. "Üstadın, mümkün olan her şeyi yapmasına rağmen öğrencisi tamamen hazır olmadığı takdirde meseleyi kavraması için yapabileceği bir şey yoktur. ... En üst düzey gerçeğin kavranması, kişinin kendisi tarafından yapılmalıdır."[39]

Zen üstadının öğrencisine karşı tutumu, çağdaş Batılı okur için hayret vericidir çünkü kendisi, özgürlüğü kısıtlayıp hedefini sömüren akıldışı bir otorite ile otorite yokluğunun denetimsizliği seçenekleri arasında sıkışıp kalmıştır. Zen, otoritenin başka bir biçimini, "akılcı otoriteyi" yansıtır. Üstat, öğrenciyi çağırmaz; ondan bir şey istemez, aydınlanmasını bile istemez; öğrenci kendi özgür iradesiyle gelir ve yine kendi

36 D. T. Suzuki, *Introduction to Zen Buddhism*, s. 34.

37 *Age.*, s. 97.

38 *Age.*, s. 40.

39 D. T. Suzuki, *Zen Buddhism*, s. 96.

özgür iradesiyle gider. Fakat üstattan öğrenmek istediği için üstadın üstat olduğu gerçeği, yani üstadın, öğrencinin bilmek isteyip de henüz bilmediği şeyleri bildiği kabul edilmelidir. Üstada göre, "kelimeler yoluyla açıklanacak bir şey yoktur, kutsal bir doktrin olarak verecek bir şey yoktur. Doğrulasanız da yadsısanız da otuz nefes. Sessiz kalmayın ama daldan dala da atlamayın."[40] Zen üstadı, aynı zamanda akıldışı otoritenin tamamen eksik olması ve talepkâr olmayan, kaynağı hakiki deneyim olan o otoritenin aynı derecede güçlü doğrulaması şeklinde de nitelendirilir.

Doğru içgörüye erişmenin karakterdeki bir değişiklikle sağlam bir bağlantısı olduğu göz önüne alınmadığı takdirde Zen'in anlaşılması mümkün değildir. Burada Zen, karakterolojik dönüşümün kurtuluş için şart olduğu Budist düşüncede köklenir. Mal mülk hırsı, kendini beğenmişlik ve kendini yüceltme de, diğer şeyler gibi, geride bırakılmalıdır. Geçmişe yönelik tutum minnettarlık, ana yönelik tutum hizmet, geleceğe yönelik tutum sorumluluk olmalıdır. Zen'de yaşamak, "kendinize ve dünyaya karşı en kadirbilir ve hürmetkâr mizaçla davranmak demektir", bu tutum, Zen disiplininin en karakteristik "gizli erdeminin temelidir. Bu, doğal öz kaynakları ziyan etmemek demektir; yolunuza çıkan her şeyi ekonomik ve ahlaki açıdan eksiksiz kullanmak demektir".

Olumlu amaç olarak Zen'in ahlaki amacı, "eksiksiz bir emniyet ve korkusuzluğa" erişmek, esaretten özgürlüğe ilerlemektir. "Zen, akıl değil, karakter meselesidir, bu da Zen'in yaşamın ilk prensibi olarak iradeden doğması demektir."[41]

---

40 Suzuki, *Introduction to Zen Buddhism*, s. 49.

41 *Age.*, s. 131.

6

Baskısızlaştırma ve Aydınlanma

Zen ile psikanaliz arasındaki ilişkiyle ilgili irdelememizden ne sonuç çıkar?

Okuyucu bu noktada Zen-Budizm ile psikanaliz[42] arasındaki uyumsuzluk varsayımının, sadece her ikisine de yüzeysel bakışın sonucu olduğu gerçeğine şaşırmış olmalı. Aksine ikisi arasındaki benzerlik çok daha çarpıcı görünür. Bu bölüm, bu benzerliğin ayrıntılı bir açıklamasına ayrılmıştır.

Dr. Suzuki'nin Zen'in amacı hakkında daha önce alıntılanan ifadeleriyle başlayalım. "Zen, özünde, kişinin kendi varlığının doğasını kavramasını sağlayan ve esaretten özgürlüğe giden yolu gösteren sanattır. ... Zen'in, normal şartlar altında faaliyete geçebilmek için uygun bir kanal bulamayacakları şekilde engellenen ve saptırılan bütün enerjileri düzgün bir şekilde serbest bırakıp, her birimizin içinde doğal olarak depoladığı söylenebilir. ... Demek ki, Zen'in amacı, bizi delirmekten veya sakat kalmaktan kurtarmaktır. Özgürlükten kastım, kalplerimizde doğal olarak var olan tüm yaratıcı ve iyicil

42 Bu bölümde "psikanalizden" söz ettiğimde, Freudcu analizden gelişen ve yine bu gelişmenin kökünde bulunan o yönlerini içeren hümanist psikanalizi kastediyorum.

dürtülere esneklik sağlamaktır. Genelde bizi mutlu edecek ve başkalarına karşı sevecen davranmamızı sağlayacak gerekli yeteneklere sahip olduğumuz gerçeğini görmeyiz."

Zen'in amacının bu tarifi, hiçbir değişiklik yapmadan, psikanalizin erişmek istediği şeyin tarifi olarak kullanılabilir; yani, kişinin kendi doğasını kavraması, özgürlüğe, mutluluğa ve sevgiye kavuşulması, enerjinin serbest kalması, delirmekten veya sakat kalmaktan kurtuluş...

Aydınlanma ve delilik seçenekleri ile karşı karşıya olduğumuzu belirten bu son cümle, kulağa ürkütücü gelebilir fakat bence gözlemlenebilir olgularla doğruluğu kanıtlanır. Psikiyatri, neden *bazı* insanların delirdiği sorusuyla ilgilenirken aslında doğru soru, neden *çoğu* insanın *delirmediğidir*. İnsanın dünyadaki durumu, ayrılığı, tek başınalığı, güçsüzlüğü ve bunun farkında olması düşünüldüğünde, bu yükün kaldırabileceğinden daha ağır olacağı beklenir; öyle ki, kelimenin tam anlamıyla, bu gerilimin altında "paramparça olur". Çoğu kişi, bu sonuçtan, yaşamın rutinini umursamamak, topluluğa uymak, güç, itibar ve para arayışı, idollere bağımlılık (dini tarikatlarda diğerleriyle paylaşılır), kendini feda edercesine mazoşist bir yaşam, narsistçe kendini beğenmişlik gibi dengeleyici mekanizmalar sayesinde kaçınırlar; kısacası, sakat kalırlar. Bu dengeleyici mekanizmalarının hepsi de, çalıştığı takdirde, deliliği bir dereceye kadar sürdürebilir. Muhtemel deliliğin gerçekten üstesinden gelen yegâne temel çözüm, dünyaya eksiksiz üretken karşılığı vermektir ki, bunun en yüksek seviyesi aydınlanmadır.

Psikanaliz ile Zen arasındaki bağlantının ana meselesine gelmeden önce, birkaç yüzeysel benzerliği daha ele almak istiyorum:

İlk sözü edilmesi gereken, Zen'de ve psikanalizde ortak olan etik yönelimdir. Zen'in amacına ulaşması için gereken bir koşul, hırsı, ister mal mülk hırsı olsun, ister şan şöhret, her

ne hırsı (Eski Ahit'te "tamah") olursa olsun onu yenmektir. Psikanalizin amacı da, tam olarak budur. Oral alıcı düzeyden, oral sadist, anal ve genital düzeye gelen libidonun evrimi teorisinde Freud, sağlıklı kişiliğin hırslı, zalim, cimri karakterden aktif ve bağımsız yönelime geliştiğini dolaylı olarak belirtmiştir. Freud'un klinik gözlemlerine uyan kendi terminolojimde, evrimden bahsederken bu değer unsurundan, çabuk kavrayan, sömürücü, biriktirici, pazarlayıcı yönelimden üretken yönelime geçiş şeklinde daha açık bir şekilde söz etmiştim.[43] Hangi terminoloji kullanılırsa kullanılsın, esas nokta, psikanaliz kavramında hırsın patolojik bir fenomen olmasıdır; kişinin etkin ve üretken kapasitesini geliştirmemiş olduğu durumlarda ortaya çıkar. Bununla birlikte, Zen de, psikanaliz de *öncelikle* ahlaki sistemler değillerdir. Zen'in amacı, etik davranış hedefini aşar, psikanalizinki de öyle. Her iki sistemin de, amaçlarına ulaşılmasının etik bir dönüşümü, hırsın aşılıp, sevgi ve şefkat kapasitesini beraberinde getireceğini varsaydıkları söylenebilir. İnsanın "kötü" arzularını bastırarak erdemli bir yaşam sürdürmesini sağlamaya çalışmıyorlar, kötü arzuların, genişlemiş bilincin sıcaklığı ve ışığıyla eriyip yok olmasını bekliyorlar. Aydınlanmayla etik dönüşüm arasındaki nedensel ilişki ne olursa olsun, Zen'in amacının, hırsı, kendini beğenmişliği ve deliliği yenme amacından ayrılabileceğine veya alçakgönüllülüğe, sevgi ve şefkate erişmeden *satori*'ye erişilebileceğine inanmak önemli bir hata olur. Psikanalizin amacına kişinin karakterinde benzer bir dönüşüm gerçekleşmeden erişilebileceğini varsaymak da eşit derecede bir hatadır. Üretken seviyeye erişmiş bir kişi hırslı değildir, aynı zamanda da her şeyi bilme ve her şeye kadir olma hayallerini ve görkemliliğini aşmıştır; alçakgönüllüdür

43 *Man for Himself* (New York Rinehart, 1947), Chapter III. [*Kendini Savunan İnsan*, çev. Necla Arat, Say Yayınları. –ed.]

ve kendini olduğu gibi görür. Zen de psikanaliz de etiği aşma amacı güder ama etik bir dönüşüm gerçekleşmeden ikisinin de amacına ulaşılamaz.

Her iki sistemde de ortak olan bir başka unsur, her tür otoriteden bağımsız olma konusundaki ısrardır. Bu, Freud'un dini eleştirmesinin ana sebebidir. Dinin özünü, başlangıçtaki yardım eden ve cezalandıran bir babaya olan bağımlılığın yerine Tanrı'ya bağımlılığı koyması olarak görmüştür. Freud'a göre Tanrı'ya inanışta insan, olgunlaşmak yani kendi gücüne güvenmek yerine bebeklikteki bağımlılığını sürdürür. "Buda'nın ismini telaffuz edince ağzını yıka!" diyen bir dine Freud ne derdi? Hiçbir Tanrı'nın, hiçbir akıldışı otoritenin olmadığı, esas amacının insanı tüm bağımlılıklardan kurtarmak, onu etkinleştirip kendi kaderinden kendisinden başka kimsenin sorumlu olmadığını göstermek olan bir dine ne derdi?

Peki, bu anti-otoriter tutum, Zen'deki üstat ve psikanalizdeki analist kişiliğinin anlamına ters düşmez mi? Yine bu soru da Zen ile psikanaliz arasında derin bağlantının bulunduğu bir unsura işaret eder. Her iki sistemde de ilgilendiği hastasının (öğrencisinin) ulaşacağı deneyimi kendisi yaşamış olan bir rehbere ihtiyaç vardır. Bu, öğrencinin üstadına ya da psikanalistine bağımlı olacağı, dolayısıyla üstadın sözlerinin onun için hakikati oluşturacağı anlamına mı gelir? Kuşkusuz, psikanalistler bu tür bir bağımlılık (aktarım) *olgusuyla* ilgilenir ve bunun sahip olduğu güçlü etkiyi kabul ederler. Fakat psikanalizin amacı, bu bağı anlayıp, nihayetinde de buna son verip, hastayı analistten tamamen özgürleşmiş bir noktaya getirmektir çünkü bilinçsiz olanın ne olduğunu ve bunu kendi bilincine kattığını kendi içinde deneyimlemiştir. Zen üstadı –aynı şey, psikanalist için de söylenebilir– daha çok şey bilir, dolayısıyla kendi yargısına inancı olabilir fakat bu kesinlikle kendi yargısını öğrencisine dayattığı anlamına

gelmez. Öğrencisini o davet etmemiştir ve ayrılmasına da engel olmaz. Eğer öğrenci kendi isteğiyle gelir de aydınlanmaya giden o dik patikada yürümek için onun rehberliğini isterse üstat, tek bir şartla ona yol göstermeye istekli olur: Öğrenci şunu anlamalıdır ki, üstat her ne kadar kendisine yardım etmek istese de öğrenci kendisine özen göstermelidir. Hiçbirimiz, bir başkasının ruhunu kurtaramayız. Kişi ancak kendini kurtarabilir. Bir üstadın tek yapabileceği, bir ebenin, dağlardaki bir kılavuzun rolünü oynamaktır. Bir üstadın dediği gibi: "Gerçekten sana söylemek istediğim bir şey yok, söylemeye çalışsaydım beni şaka malzemesi yapma fırsatın olurdu. Ayrıca sana söyleyebileceklerim benimdir, asla senin olamaz."

Zen üstadının tutumunun çok çarpıcı ve somut bir örneği, Herrigel'in okçuluk sanatı üzerine yazdığı kitabında bulunur.[44] Zen üstadı, rasyonel otoritesi üzerinde ısrar eder, yani okçuluk sanatını nasıl başaracağını daha iyi bilir, o yüzden de belli bir öğrenim yöntemi üzerinde durmalıdır fakat öğrencinin üzerinde mantıksız bir otorite, bir güç olmasını ve öğrencinin üstada bağımlılığının devam etmesini istemez. Aksine, öğrencisi üstat olduğunda artık kendi yoluna gider, üstadın ondan yegâne beklentisi de, öğrencisinin ara ara nasıl olduğunu gösteren resimler yollamasıdır. Zen üstadının öğrencilerini sevdiği söylenebilir. Sevgisi gerçekçi ve olgundur, öğrencisinin amacına ulaşmasında yardım etmek için bütün gayreti gösterir ama yine de üstadın yaptığı hiçbir şeyin öğrencisinin problemini çözemeyeceğini, onun için amaca ulaşamayacağını bilir. Zen üstadının bu sevgisi duygusal değil, gerçekçi bir sevgidir, hiçbirisinin bir başkasını kurtaramayacağı ama yine de diğerinin kendini kurtarması için yardımı esirgemeyeceği

44 Eugen Herrigel, *Zen in the Art of Archery* (New York, Pantheon Books, 1953)

insan kaderinin gerçeğini kabul eden bir sevgidir. Bu sınırlamayı bilmeyen ve başka bir ruhu "kurtarabileceğini" iddia eden bir sevgi, kendini görkemlilikten ve ihtirastan kurtaramamış bir sevgidir.

Zen üstadı hakkında prensipte söylenenlerin psikanalist için de doğru oluşu (doğru olmalıdır), daha fazla kanıt gerektirmez. Freud, hastanın psikanalistten bağımsız olmasının, en iyi şekilde, analistin gayrişahsi ve aynavari davranışıyla sağlanabileceğini düşünmüştür. Fakat analistle hasta arasındaki ilişkinin anlayış için şart olduğunda ısrar eden Ferenczi, Sullivan, şahsım ve diğer analistler, bu ilişkinin tüm duygusallıktan, gerçekdışı çarpıtmalardan ve özellikle de analistin hastanın yaşamına her tür –en üstü örtülü ve dolaylı olanı dahil– müdahalesinden, bu, hastanın iyileşmek için talebi bile olsa, arınmış olmasının şart olduğu konusunda tamamen hemfikirdir. Hasta iyileşip değişmek istiyorsa ne âlâ, analist ona yardım etmeye isteklidir. Değişime çok büyük direnç gösteriyorsa bu, analistin sorumluluğu değildir. Bütün sorumluluğu, bilgi ve çabasını en iyi şekilde hastaya yönlendirmek, hastanın amacına ulaşmasında kendini ona hasretmektir.

Zen-Budizm ile psikanaliz arasında analistin tutumuyla ilgili bir başka benzerlik daha vardır. Zen'in öğretme yöntemi, öğrenciyi, deyim yerindeyse köşeye sıkıştırmaktır. Koan[45] öğrencinin zihinsel düşünceye sığınmasını imkânsız kılar; koan, daha fazla uçmayı imkânsız kılan bir engel gibidir. Analist de benzer bir şey yapar ya da yapmalıdır. Hastayı sadece düşünmekten deneyimlemeye sıçramasını önleyen yorumlar ve açıklamalarla besleme hatasından kaçınmalıdır.

45 Zen-Budizm'de, üstadın öğrencisine sorduğu, mantıklı düşünceyle cevaplanması mümkün olmayan sadece sezgilerle anlaşılabilen hikâye, diyalog ya da soru. (çev.)

Aksine, hastanın artık kaçamayacağı, zihnini dolduran hayal ürünlerinin üstesinden gelip gerçeği deneyimleyeceği noktaya kadar –yani, önceden bilincinde olmadığı şeylerin bilincine varana kadar– rasyonelleştirmeleri ve destekleri birbiri ardına çekmelidir. Bu süreç genellikle çok kaygı yaratır, bazen analistin rahatlatıcı varlığı olmasaydı kaygı, ilerleme kaydetmeyi engellerdi. Oysa bu rahatlatma, hastanın sadece kendisinin yaşayabileceği deneyimleri engelleyecek sözlerin değil, "orada bulunmanın" verdiği bir rahatlatmadır.

Şimdiye kadarki irdelemelerimiz, Zen-Budizm ile psikanaliz arasındaki benzerliklerin teğet noktalarıyla ilgiliydi. Fakat Zen-Budizm'in ana meselesi olan aydınlanma ve psikanalizin ana meselesi olan bastırılmışlığın üstesinden gelip bilinçdışını bilince dönüştürme ile doğrudan alakalı olmayan hiçbir kıyaslama yeterli değildir.

Psikanaliz söz konusu olduğunda bu sorun hakkında söylenenleri özetleyelim. Psikanalizin amacı, bilinçdışını bilinçli kılmaktır. Bununla birlikte, bilinçten ve bilinçdışından bahsetmek demek, gerçekler için kelimeleri dikkate almak demektir. Bilinçli ve bilinçsiz terimlerinin, bölgeleri ya da içerikleri değil, fonksiyonları belirttiği gerçeğine sadık kalmalıyız. O zaman düzgün ifade edersek, sadece çeşitli bastırılmışlık derecesindeki durumlardan, yani dil, mantık ve içeriğin toplumsal süzgeçlerinden geçebilen deneyimlerin farkındalığa ulaşmasına izin verildiği bir durumdan söz edebiliriz. Kendimi bu süzgeçten kurtarabildiğim ve kendimi evrensel insan olarak deneyimlediğim dereceye, yani bastırılmışlığın azaldığı dereceye kadar içimdeki en derin kaynaklarla, bu da demektir ki, bütün insanlıkla temasta olurum. Tüm bastırılmışlık kaldırılmışsa artık bilinç karşısında bir bilinçdışı yoktur; doğrudan, aracısız deneyim vardır; kendime yabancı olmadığım takdirde hiç kimse ve hiçbir şey bana yabancı değildir. Ayrıca, kendime yabancılaşan parçamın

derecesine ve "bilinçdışımın" bilincimden ayrıldığı (yani ben, bütün insan ben, sosyal insandan ayrılır) dereceye kadar dünyayı kavrayışım çeşitli şekillerde yanıltılır. İlki, parataksik distorsiyon (aktarım) şeklinde olur; karşımdaki kişiyi bütün benliğimle değil, ayrılmış çocukça benliğimle deneyimlerim, dolayısıyla karşımdaki, gerçekte olduğu kişi gibi değil, benim çocukluğumdaki önemli bir kişi olarak deneyimlenir.

İkincisi, bastırılmışlık durumundaki kişi, dünyayı sahte bilinçle yaşar. Var olanı görmez, şeylerin yerine düşündüğü imajı koyar ve onları gerçek halleri yerine düşündüğü imajların ve fantezilerinin ışığında görür. Tutkularını, kaygılarını yaratan düşünülmüş imajdır, çarpıtan peçedir. Sonunda bastırılmış kişi, kişileri ve nesneleri deneyimlemek yerine *beyin faaliyeti* ile deneyimler. *Dünyayla* temasta olduğuna dair yanılsama içindeyken aslında *kelimelerle* temastadır. Parataksik distorsiyon, sahte bilinç ve beyin faaliyeti, gerçekdışılığın kesin olarak ayrılmayan şekilleridir; daha ziyade evrensel insan sosyal insandan ayrı olduğu müddetçe var olan gerçekdışılık fenomeninin farklı olduğu halde örtüşen yönleridir. Aynı fenomeni, farklı bir şekilde anlatmak istersek, bastırılmışlık halinde yaşayan birinin yabancılaşmış biri olduğunu söyleyebiliriz. Kendi duygu ve düşüncelerini nesnelere yansıtır ve kendini duygularının öznesi olarak deneyimlemez, kendi duygularıyla yüklü nesneler tarafından yönetilir.

Yabancılaşmış, çarpıtılmış, parataksik, sahte, beyinsel deneyimin zıddı, bebekte ve çocukta eğitimin gücü o deneyim biçimini değiştirmeden önce görülen dünyanın aracısız, doğrudan, bütün olarak kavranış biçimidir. Yeni doğanda henüz ben ve ben-olmayan arasında bir ayrım yoktur. Bu ayrım, yavaş yavaş gerçekleşir ve son hali, çocuğun "ben" demesiyle ifade edilir. Fakat çocuğun dünyayı kavrayışı, hâlâ görece aracısız ve doğrudan halde kalır. Çocuk top oynarken gerçek-

ten de topun hareket ettiğini görür, o tamamen bu deneyimin içindedir, bu yüzden de sonu olmayan bir şekilde ve asla tükenmeyen bir neşeyle tekrarlayabilir. Yetişkin de topun yuvarlandığını gördüğünü sanır. Bu, top nesnesinin yer nesnesinde yuvarlandığını gördüğü için tabii ki doğrudur. Oysa gerçekte yuvarlanmayı *görmez*. Yüzeyde yuvarlanan topu *düşünür*. "Top yuvarlanıyor," dediğinde aslında sadece (a) oradaki yuvarlak nesneye top dendiğine dair bilgisini ve (b) yuvarlak nesnelerin itildiğinde düzgün bir yüzey üzerinde yuvarlandığına dair bilgisini doğrulamaktadır. Gözleri bilgisini kanıtlama ve dolayısıyla onun dünyadaki güvenliğini sağlama amacıyla çalışır.

Bastırılmamışlık durumu, kişinin, gerçekliği aracısız, çarpıtılmamış şekilde idrakini ve çocuğun sadeliği ile kendiliğindenliğini yeniden kazandığı durumdur; bununla birlikte yabancılaşma ve kişinin zihninin gelişim süreçlerinden geçmiş olduktan *sonraki* bastırılmamışlık, daha üst düzeydeki bir masumiyete geri dönüştür; bu masumiyete geri dönüş, ancak kişinin masumiyetini kaybetmesinden sonra mümkün olur.

Bu fikrin bütünü, açık bir ifadesini Eski Ahit'te, İnsanın Düşüşü hikâyesinde ve Mesih'in peygamberlik kavramında bulur. İncil'deki hikâyede insan kendini, Cennet Bahçesi'nde farklılaşmamış bir birlik içinde bulur. Bilinç yoktur, farklılaşma yoktur; seçenek yok, özgürlük yok, günah yoktur. Doğanın bir parçasıdır ve doğayla kendisi arasında bir mesafenin farkında değildir. Bu ilkel, birey-öncesi birlik, ilk seçme eylemiyle, aynı zamanda da ilk itaatsizlik ve özgürlük eylemiyle bozulur. Bu eylem, bilincin doğmasına neden olur. Adam, olduğu haliyle kendisinin kadından, yani Havva'dan, doğadan, hayvanlardan ve yeryüzünden ayrı olduğunun farkındadır. Bu ayrılığı yaşayınca utanç duyar; hemcinsimizden ayrı olmayı deneyimlediğimizde (bilinçsizce olsa bile) hâlâ utanç duyarız. Cennet Bahçesi'ni terk eder, bu insanlık

tarihinin başlangıcıdır. İlk uyum haline geri dönemez yine de aklını, nesnelliğini, bilincini ve sevgisini tam olarak geliştirerek yeni bir uyum arayabilir, böylece peygamberin ifade ettiği gibi, "Denizin suyla dolu olması gibi yeryüzü de Tanrı bilgisiyle doludur." Mesih kavramında tarih, birey-öncesi, bilinç-öncesi uyumdan yeni bir uyuma, aklın gelişmesinin tamamlanması ve kusursuzlaşmasına dayalı bir uyuma doğru ilerlemenin gerçekleştiği yerdir. Bu yeni uyum haline Mesih zamanı denir, bu zaman içerisinde insanla doğa, insanla insan arasındaki çatışma bitmiş olacak, çöl verimli vadi haline gelecek, kurtla kuzu yan yana yatacak ve kılıçlar saban demirine dönüşecektir. Mesih zamanı, Cennet Bahçesi zamanı olduğu kadar tam tersidir de. O, çocuk olmak için fazla büyümüş olsa da tekrardan çocuk olan tamamen gelişmiş insanın tekliği, dolaysızlığı, bütünlüğüdür.

Aynı görüş, Yeni Ahit'te de ifade edilmektedir: "Size doğrusunu söyleyeyim, Tanrı'nın Krallığı'nı bir çocuk gibi kabul etmeyen bu krallığa asla giremez."[46] Anlamı açık: Dünyayı yabancılaşmadan yaratıcı bir şekilde yaşamak için yeniden çocuk olmalıyız; fakat yeniden çocuk olurken bir yandan da çocuk değil, tam olarak gelişmiş yetişkinleriz. O zaman hakikaten Yeni Ahit'in tanımladığı gibi deneyimleriz: "Şimdi her şeyi aynadaki silik görüntü gibi görüyoruz ama o zaman yüz yüze görüşeceğiz. Şimdi bilgim sınırlıdır ama o zaman bilindiğim gibi tam bileceğim."[47]

"Bilinçdışının bilincine varmak", kendimdeki ve dolayısıyla yabancıdaki bastırılmışlığı ve yabancılaşmayı yenmek demektir. Uyanmak, yanılsamalardan, hayallerden ve yalanlardan sıyrılıp gerçeği olduğu gibi görmek demektir. Uyanan insan, özgürlüğü ne kendisi ne de başkası tarafından kısıtla-

46 Luka 18:17 (İncil)
47 Korintliler 13:11 (İncil)

nabilen özgürleşmiş insandır. Kişinin farkında olmadığı şeyin farkına varma süreci, içsel bir devrim oluşturur. O, hem yaratıcı zihinsel düşüncenin hem de sezgisel dolaysız kavramanın kökeninde bulunan hakiki uyanmadır. Yalan söylemek, ancak, gerçekliğin sadece bir düşünce olarak deneyimlendiği yabancılaşma durumunda mümkün olur. Uyanık olunduğunda var olabilen gerçekliğe açık olma halindeyken yalan söylemek imkânsızdır çünkü yalan, tam olarak deneyimlemenin kudreti altında erir. Son tahlilde, bilinçdışını bilinçlendirmek, hakikatin içinde yaşamak demektir. Gerçeklik, yabancılaşmayı durdurdu; ona açığım; bıraktım olsun diye; dolayısıyla ona verdiğim karşılıklar "hakiki".

Dünyanın aracısız ve tam olarak kavranması, Zen'in amacıdır. Dr. Suzuki, bilinçdışı ile ilgili bir bölüm yazdığı için ben de onun bu irdelemesine atıfta bulunup psikanaliz ile Zen kavramları arasındaki bağlantıyı biraz daha açıklamaya çalışabilirim.

Her şeyden önce, meselelerde gereksiz yere karışıklık yarattığını düşündüğüm terminolojik zorluğa tekrar dikkat çekmeliyim; bu zorluk, bütünlük içindeki kişinin deneyim farkındalığının daha çok veya daha az olduğunu gösteren fonksiyonel kullanımı olan *bilinçli* ve *bilinçsiz* yerine *bilinç* ve *bilinçdışı* terimlerinin kullanımından gelir. Bence, irdelememizde bu terminolojik engelleri kaldırırsak bilinçdışını bilinçlendirmenin gerçek anlamı ile aydınlanma fikri arasındaki bağlantıyı daha kolay anlayabiliriz.

"Zen yaklaşımı, nesnenin doğrudan kendi içine girip onu sanki içinden bakarmış gibi görmektir."[48] Gerçekliğin bu şekilde aracısız kavranmasına "çaba gerektiren veya yaratıcı

48 Dr. Suzuki ve Erich Fromm, *Zen Buddhism and Psychoanalysis*, D. T. Suzuki, "Lectures on Zen Buddhism" [Zen-Budizm Üzerine Dersler] konusu s. 11.

kavrama da denilebilir".[49] Sonra Suzuki, bu yaratıcılık kaynağından "Zen'in bilinçdışı" olarak söz eder ve "bilinçdışı, hissedilecek bir şeydir ama alışılagelmiş anlamda değil, en öncelikli ve temel anlamda diyebileceğim şekilde," diye devam eder.[50] Formülasyon burada bilinçdışından kişiliğin içindeki bir bölge olarak bahseder ve Suzuki onu aşarak, "bilinçdışı duygusu ... temeldir ve önemlidir," diyerek devam eder.[51] Bunu fonksiyon terimlerine çevirirsek, "bilinçdışı" duygusu yerine, daha derin ve topluma uygun hale getirilmemiş bir deneyim alanı demeyi tercih ederim. Ya da farklı bir şekilde ifade edersek, bastırılmışlık derecesinin düşürülmesi ve böylece parataksik distorsiyonun, imaj yansıtımının ve gerçekliği düşünmenin azaltılması denilebilir. Suzuki, Zen olan kişinin "büyük bilinçdışına doğrudan katıldığını"[52] söylediğinde ben şu formülasyonu tercih ediyorum: Kendi gerçekliğinin ve dünyanın gerçekliğinin hiçbir peçe olmadan tüm derinliğiyle farkında olmak. Daha sonra Suzuki de, şu ifadesinde aynı fonksiyon dilini kullanır: "Aslında (bilinçdışı), aksine bizle en yakın ilişkide olan şeydir ve tam da bu yakınlık nedeniyle tıpkı gözün kendisini görememesi gibi, kavranması zordur. Dolayısıyla *bilinçdışının bilincine varmak, bilincin tarafında özel bir eğitim gerektirir.*"[53] Suzuki burada, psikanalizin bakış açısından seçilen formülasyonun aynını seçer: Amaç, bilinçdışının bilincine varmaktır, bu amaca ulaşmak için bilinç tarafında özel bir eğitim gereklidir. Bu, Zen ile psikanalizin amaçlarının aynı olduğunu ve sadece geliştirdikleri bilincin eğitiminde farklılık gösterdiklerini mi belirtir?

49 *Age.,* s. 12.
50 *Age.,* s. 14.
51 *Aynı yer.*
52 *Age.,* s. 16.
53 *Age.,* s. 18. (İtalikler bana aittir –E. F.)

Bu noktaya dönmeden önce, açıklanması gereken birkaç başka noktayı ele almalıyım.

Dr. Suzuki, irdelemesinde, yukarıda psikanaliz kavramında değindiğim noktalardan, yani bilgiye karşı masumiyet hallerinden bahseder. İncil terimlerinde bilginin edinilmesiyle masumiyetin yitimi, Zen'de ve Budizm'de genel olarak "'duygusal kirlenme (*klesha*)' olarak veya 'idrakin üstün geldiği bilinçli zihnin müdahalesi (*vijnana*)' olarak anılır." İdrak terimi çok önemli bir sorun doğurur. İdrak, bilinçle aynı şey midir? Bu durumda, bilinçdışını bilinçlendirmek, idrakin ilerlemesini sağlamak ve aslında Zen'in amacını tam tersine götürmek demektir. Durum böyle olsaydı, biri idraki artırmak için uğraşırken diğerinin idraki yenmeye çabalamasıyla Zen ile psikanalizin amaçları taban tabana zıt olurdu.

Freud'un, çalışmasının ilk yıllarında, hâlâ psikanalistin hastaya vereceği doğru bilginin onu tedavi etmeye yeterli olacağını düşündüğü sıralarda, idrak kavramını psikanalizin amacı olarak gördüğü kabul edilmeli. Ayrıca çalışmakta olan birçok psikanalistin hâlâ idrak kavramının dışına çıkmadığı ve Freud'un gerçek bir "çözüm işlemi" esnasında gerçekleşen duygusal ve tam bir deneyim ile idrak arasındaki farka net bir açıklık getirmediği de kabul edilmeli. Bununla birlikte, psikanalizin amacını, kesinlikle zihinsel olmayan deneysel kavrayış oluşturur. Daha önce de belirttiğim gibi, nefesimin farkında olmam nefesimi *düşünmem* demek değildir. Elimin hareketinin farkında olmam, onu düşünmem demek değildir. Tam tersine, nefesimi ya da elimin hareketini düşündüğüm anda artık nefesimin veya el hareketimin farkında olmam. Aynı şey, bir çiçeğin, bir kişinin veya mutluluk, sevgi ya da huzur deneyimimin farkındalığı için de geçerlidir. Psikanalizde doğru kavrayışın özelliği, düşünceyle formüle edilememesi iken tüm kötü analizlerin özelliği, "kavrayışın", doğrudan deneyimlemeyle hiç alakası olmayan karmaşık

teorilerle formüle edilmesidir. Gerçek psikanalitik kavrayış anidir; zorlama olmadan ve hatta desteklenmeden gelir. Beynimizde başlamaz, Japon imajı kullanırsak, göbeğimizde başlar. Kelimelerle yeterince formüle edilemez, etmeye çalışanı atlatır; yine de gerçek ve bilinçlidir ve onu deneyimleyen kişiyi değiştirir.

Bebeğin dünyayı aracısız kavrayışı, bilinç, nesnellik ve benlikten ayrı bir gerçeklik duygusu tam olarak gelişmeden önceki durumdur. Bu durumda, "bilinçdışı içgüdüseldir ve hayvanlardaki ile bebeklerdekinin ötesine geçemez. Olgun insanınki gibi olamaz".[54] İlkel bilinçten öz bilince geçiş esnasında, özne ile nesne arasındaki bölünmeye, evrensel insanla sosyal insan arasındaki ve bilinçdışı ile bilinç arasındaki ayrılmaya dayalı olarak dünya bir yabancılaşma şeklinde deneyimlenir. Bilinç ile bilinçdışı arasındaki farklılık, bilincin kendini açmaya, üç katmanlı süzgeci gevşetmeye eğitildiği dereceye kadar yok olur. Tamamen yok olduğunda yansıtılmamış, doğrudan, bilinçli deneyim, yani idrak ve yansıtma olmaksızın oluşan türden bir deneyim gerçekleşir. Bu bilgi, Spinoza'nın, bilginin en üst biçimi dediği *sezgidir*; Suzuki'nin, "nesnenin tam içine girip, sanki içinden bakarmış gibi görmek" şeklinde tarif ettiği yaklaşımdaki bilgidir; gerçeği görmenin gayret gerektiren veya yaratıcı yoludur. Bu aracısız, yansıtılmamış kavrayış deneyiminde insan, hepimizin olduğu ama unuttuğu, "yaratıcı yaşam sanatçısı" haline gelir. "Onun her hareketi, özgünlüğünü, yaratıcılığını ve yaşayan kişiliğini dışa vurur. Onda kalıplaşmış davranışlar, uymacılık, baskı altında tutulan güdüler yoktur. ... Parçalanmış, sınırlanmış, baskı altında tutulmuş benmerkezci bir varlığa kıstırılmış bir benliği yoktur. Hapishanesinden çıkmıştır."[55]

54 *Age.*, s. 19.
55 *Age.*, s. 16.

"Olgun insan", kendini "duygusal kirlenmeden" ve idrakin müdahalesinden arındırmışsa "korku, kaygı, güvensizlik gibi rahatsız edici duyguların ona saldıracağı yer bulamayacakları bir özgürlük ve kendiliğindenlik yaşamını" gerçekleştirebilir.[56] Burada Suzuki'nin, bu kazanımın özgürleştirici fonksiyonu için söylediği şey aslında, psikanaliz açısından tam bir içgörünün beklenen etkisi için söylenecek şeydir.

Burada, terminolojiyle ilgili sadece kısaca bahsetmek istediğim tek bir sorun kalıyor çünkü terminolojik sorunlar pek önemli değil. Suzuki'nin bilincin eğitilmesinden söz ettiğini daha önce belirtmiştim; fakat başka yerlerde de, "bebeklikten beri yaşadığı tüm bilinçli deneyimlerin, varlığının bütününü oluşturacak şekilde birleştiği *eğitilmiş bilinçdışından*"[57] söz eder. Bir sefer "eğitilmiş bilincin" başka bir sefer "eğitilmiş bilinçdışının" kullanılması, çelişkili gelebilir. Fakat aslında ben burada bir çelişkiyle ilgilendiğimizi sanmıyorum. Bilinçdışını bilinçlendirme sürecinde, deneyimin tam ve yansıtılmamış gerçekliğine ulaşma sürecinde bilinç de bilinçdışı da eğitilmelidir. Bilinç, geleneksel kalıplaşmış süzgece bağlılığı gevşetmek için, bilinçdışı ise gizli, ayrı varlığından aydınlığa çıkmak için eğitilmelidir. Fakat gerçekte bilincin ve bilinçdışının eğitilmesinden söz etmek, benzetmeler kullanmaktır. Bilincin de bilinçdışının da eğitilmeye ihtiyacı yoktur (çünkü bir bilinç de bilinçdışı da yoktur) fakat insan, bastırılmışlığından kurtulmak, gerçekliği tam ve açık olarak tüm farkındalığıyla ama zihinsel yansıtma olmaksızın (zihinsel yansıtmanın bilim ve uygulamalı mesleklerde olduğu gibi istenildiği ya da gerekli olduğu durumlar hariç) deneyimlemesi için eğitilmelidir.

---

56 *Age.*, s. 20.

57 *Age.*, s. 19. (İtalikler bana aittir –E. F.)

Suzuki, bu bilinçdışını Kozmik Bilinç-dışı olarak adlandırmayı önerir. Suzuki'nin metninde olduğu gibi net bir şekilde açıklanması kaydıyla buna karşı çıkan geçerli bir sav yok. Ben yine de, Bucke'nin doğmakta olan yeni bir bilinç biçimi olarak ifade ettiği "Kozmik Bilinçlilik" terimini kullanmayı tercih ediyorum.[58] Bu terimi tercih ediyorum çünkü bilinçdışı bir dereceye kadar bilinçlenirse bilinçsiz olmayı bırakır (yansıtıcı idrak haline gelmemesi daima akılda tutulmalı). Kozmik bilinç-dışı, ancak ondan ayrı olduğumuz takdirde, yani gerçeğin bilincinde olmadığımız sürece bilinçsizdir. Uyandığımız ve gerçekle ilişkide olduğumuz dereceye kadar, bilincinde olmadığımız bir şey yoktur. *Bilinç* yerine *Kozmik Bilinçlilik* terimini kullanmakla kişiliğin içindeki bir bölge yerine farkındalığın fonksiyonuna atıf yapıldığını da eklemek gerekir.

Bu irdeleme, psikanalizle Zen-Budizm arasındaki ilişkiyle ilgili olarak bizi nereye götürür?

Zen'in amacı aydınlanmadır; gerçeğin aracısız ve yansıtılmamış olarak kavranması, benim evrenle olan ilişkimin duygusal kirlenme ve düşünselleştirme olmaksızın gerçekleşmesidir. Bu yeni deneyim, çocuğun zihin öncesi, dolaysız

---

58 Richard R. Bucke, *Cosmic Consciousness, A Study in the Evolution of the Human Mind* (Innes and Sons, 1901; New York, Dutton, 1923, 17 th ed., 1954). Bu arada, Bucke'nin kitabının bu makalenin konusuyla en alakalı kitap olduğunu da söylemeliyim. Çok bilgili ve deneyimli bir psikiyatrist ve "kişisel mülkiyeti yürürlükten kaldırıp, dünyayı iki büyük kötülükten –zenginlik ve yoksulluktan– bir seferde arındıracak" sosyalist bir toplumun gerekli ve mümkün olduğunca derinden inanan bir sosyalist olan Bucke, bu kitapta, insan bilincinin evrimiyle ilgili bir varsayım geliştirir. Bu varsayıma göre, insan, hayvanın "basit bilincinden" insanın öz bilincine terfi etmiş ve şimdi son iki bin yıldır birkaç sıra dışı kişilikte gerçekleşen devrimsel bir olayı, yani Kozmik Bilinçliliği geliştirmenin eşiğine gelmiştir. Bucke'nin Kozmik Bilinçlilik olarak tarif ettiği şey, bence, kesinlikle Zen-Budizm'de *satori* denilen deneyimdir.

kavrayışının yeni bir düzeyde, insan aklının, tarafsızlığının, kişiliğinin tam gelişmiş düzeyindeki bir tekrarıdır. Çocuğun dolaysızlık ve teklik deneyimi, yabancılaşma ve özne-nesne ayrımının öncesinde gerçekleşirken aydınlanma deneyimi, sonrasında gerçekleşir.

Freud'un formüle ettiği şekliyle psikanalizin amacı, bilinçdışını bilinçlendirmek, Alt Benliğin yerine Benliği (Ego) geçirmektir. Kuşkusuz, bilinçdışının keşfedilmesi gereken içeriği, kişiliğin küçük bir bölümüyle, erken çocukluk döneminde canlı olup, sonra hafıza kaybına maruz kalan içgüdüsel dürtülerle sınırlıydı. Analitik tekniğin amacı, bunları bastırılmışlık durumundan çekip, çıkarmaktı. Ayrıca, Freud'un teorik önermeleri bir tarafa, ortaya çıkarılacak bölüm, belirli bir semptomun iyileştirilmesi amaçlı tedavisel bir ihtiyaç tarafından belirlenirdi. Semptomun oluşumuyla ilgili bölümün dışında kalan bilinçdışının iyileşmesine pek ilgi gösterilmezdi. Yavaş yavaş ölüm içgüdüsü ile eros kavramlarının başlaması ve Benlik (Ego) yönlerinin gelişmesi, son yıllarda, bilinçdışının içeriğine ilişkin Freudcu kavramların genişlemesine yol açtı. Freudcu olmayan ekoller, bilinçdışının ortaya çıkarılması gereken kısmını çok genişlettiler. En radikal olanı Jung olmak üzere, Adler, Rank ve diğer daha yeni, neo-Freudcu denilen yazarlar bu genişlemeye katkıda bulundular. Fakat bu tür bir genişlemeye rağmen (Jung hariç), ortaya çıkarılması gereken kısmın boyutu, o veya bu semptomun ve o ya da bu nevrotik karakter özelliğinin iyileştirilmesinde kullanılacak tedavi amacıyla belirlenmiş halde kaldı, insanın bütünlüğünü kapsamadı.

Bununla birlikte, Freud'un özgün amacı, yani bilinçdışını bilinçlendirme, nihai sonuçlarına kadar izlenirse Freud'un kendi içgüdüsel yönelimlerinin ve doğrudan tedavi görevinin dayattığı sınırlamalardan arındırılmalıdır. Bilinçdışının tam olarak geri kazanımı amaçlanırsa bu görev, içgüdülerle

ve deneyimin diğer kısıtlı bölümleriyle sınırlanmaz, bütünlük içindeki kişinin tüm deneyimine kadar gider. O zaman amaç, yabancılaşmanın ve dünyayı algılamada özne-nesne ayrımının üstesinden gelme halini alır; o zaman bilinçdışının ortaya çıkarılması, duygusal kirlenmenin ve beyin faaliyetinin bertaraf edilmesi anlamına gelir. İçimdeki evrensel insan ile sosyal insan arasındaki ayrımın ortadan kaldırılması, yani baskısızlaştırma anlamına gelir; bu, bilinç ile bilinçdışı arasındaki kutuplaşmanın yok olmasıdır. Zihinsel yansıtmanın müdahalesi ve çarpıtma olmaksızın gerçeğin dolaysız kavranması haline erişmektir; egoya yapışma, ona tapma arzusunu yenmektir. Mısır firavunlarının mumyalanıp sonsuza kadar kendilerini korumayı umut ettikleri gibi korunacak, genişletilecek, yıkılmaz ayrı bir ego yanılsamasından vazgeçmek demektir. Bilinçdışının bilincinde olmak, açık, duyarlı olmak, hiçbir şeye *sahip olmadan olmaktır*.

Bilinçdışının bilinç tarafından tam olarak geri kazanımı amacı, psikanalizin genel amacında bariz bir şekilde çok daha radikaldir. Bunun sebepleri kolayca görülebilir. Bu toplam amaca erişmek Batı'daki çoğu kişinin sarf etmeye istekli olacağından çok daha fazla çaba gerektirir. Fakat bu çaba sorunu bir yana, bu amacın hayalde canlandırılması bile, ancak belli koşullar altında mümkündür. Her şeyden önce, bu radikal amaç ancak, belli bir felsefi görüşün bakış açısıyla tasavvur edilebilir. Bu görüşü ayrıntılarıyla açıklamaya gerek yok. Hastalığın yokluğuna dair olumsuz amacı değil, esenliğin mevcudiyetine dair olumlu amacı güden ve bu esenliğin tam birlikle, dünyanın dolaysız ve kirlenmemiş halde kavranışıyla ifade edildiği görüş olduğunu söylemek yeterli. Bu amaç, en iyi şekilde Suzuki'nin "yaşama sanatı" terimleriyle tarif edilebilir. Buda'nın, peygamberlerin, İsa'nın, Meister Eckhart'ın veya Blake, Walt Whitman, Bucke gibi adamların öğretileri-

nin temelini oluşturan yaşama sanatı türünde bir kavramın, tinsel hümanist yönelimdeki topraklardan çıktığı da akılda tutulmalıdır. Yaşama sanatı, bu bağlamda görülmezse özelliğini kaybeder ve günümüzde "mutluluk" adı altında süregelen bir kavrama geriler. Bu yönelimin ahlaki bir amacı da olduğu unutulmamalı. Zen, ahlakı aşmasına rağmen esasen tüm hümanist öğretilerdekiyle aynı olan Budizm'in temel ahlaki amaçlarını içerir. Suzuki'nin o kitabındaki derslerinde çok iyi açıkladığı gibi, Zen'in amacına ulaşmak, her tür hırsı, mal mülk hırsını, şöhret hırsını, sevgi hırsını yenmeyi gerektirir; narsistçe kendini beğenmişliği ve her şeye kadir olma hayalini yenmeyi gerektirir. Ayrıca, kişinin varoluş problemini çözen bir otoriteye boyun eğme arzusunu aşmayı da gerektirir. Bilinçdışını keşfetmeyi sadece hastalığın tedavisi için isteyen kişi, kuşkusuz, bastırılmışlığın bertaraf edilmesinde yatan radikal amaca ulaşmaya bile kalkışamaz.

Fakat radikal bir amaç olan baskısızlaştırmanın tedaviye yönelik bir amaçla bağlantısı olmadığını düşünmek hata olur. Tıpkı bir semptomun tedavisinin ve ileride oluşacak semptomların önlenmesinin analiz ve sonucundaki karakter değişimi gerçekleşmeden mümkün olamayacağı kabul edildiği gibi, o ya da bu şekildeki nevrotik bir karakter özelliğinin tedavisinin kişi daha radikal bir tam dönüşüm amacını kovalamadan mümkün olamayacağı da kabul edilmelidir. Karakter analizinin görece umut kırıcı sonuçları (bunlar hiçbir yerde Freud'un "*Terminable or Interminable?*" adlı çalışmasında olduğundan daha dürüstçe ifade edilmemiştir), kesinlikle nevrotik karakterin iyileştirilme amacının yeterince radikal olmamasına bağlı olmuş olabilir; esenlik, kaygıdan ve güvensizlikten kurtulma, ancak sınırlı amaç aşılırsa gerçekleşebilir. Yani, sınırlı tedavi amacı sınırlı kaldığı ve daha geniş, hümanist bir düşünce çerçevesinin parçası olmadığı takdirde amaca ulaşılamayacağı idrak edilmelidir. Sınırlı amaca daha

sınırlı ve daha az zaman harcayan yöntemlerle ulaşılabilir, buna rağmen uzun süreli analitik süreçte harcanan zaman ve enerji, dar kapsamlı "düzeltme" amacından ziyade ancak radikal "dönüşüm" amacında verimli olarak kullanılır. Bu önerme, yukarıda belirtilen bir ifadeye atıf yapılarak güçlendirilebilir. Kişi, *satori*'nin nihai edinim olduğu yaratıcı ilişkiye ulaşamadığı takdirde en fazla özünde mevcut potansiyel depresyonu rutin, putperest yıkıcılıkla, mal ve şöhret hırsıyla, vs. telafi eder. Bu telafilerden biri bozulduğunda kişinin akıl sağlığı tehlikeye girer. Potansiyel deliliğin tedavisi, kişinin tutumunun ayrık ve yabancılaşmış halden yaratıcı, dolaysız kavrayışa ve dünyaya karşılık verme haline değişmesiyle gerçekleşebilir. Psikanaliz bu şekilde yardımcı olabilirse gerçek ruh sağlığına ulaşmaya yarayabilir; aksi takdirde sadece dengeleyici mekanizmayı geliştirmeye yarar. Bunu yine farklı bir şekilde ifade edersek, birinin bir semptomu tedavi edilebilir fakat karakter nevrozu tedavi edilemez. İnsan bir nesne değildir[59] insan bir "vaka" değildir analist karşısındakine bir nesneymiş gibi davranarak kimseyi iyileştiremez. Analist ancak, analist "hastasıyla" birbirlerini anlama sürecinde ilgilenirken, yani tekliklerini deneyimlerken kişinin uyanmasına yardım edebilir.

Bunları söylerken bir itirazla karşılaşmaya hazırlıklı olmalıyız. Yukarıda belirttiğim gibi, bilinçdışının tam bilinçlenmesine erişme, aydınlanma kadar radikal ve zor bir amaçsa bu radikal amacı herhangi genel bir uygulama gibi ele almanın anlamı var mıdır? Ancak bu radikal amacın, psikanalitik terapinin umutlarını haklı çıkaracağı sorusunu ortaya atmak salt spekülatif bir davranış olmaz mı?

59 *Krş. Religion and Culture*, (ed. By W. Leibrecht, New York, Harper & Brothers, 1959) kitabımdaki "The Limitations and Dangers of Psychology," makalem s. 31.

Eğer tam aydınlanma ile hiçbir şey arasında başka bir alternatif olmasaydı o zaman bu itiraz hakikaten geçerli olurdu. Ama öyle değil. Zen'de, *satori*'nin nihai ve belirleyici basamak olduğu aydınlanmanın birçok evresi vardır. Fakat anladığım kadarıyla, *satori* yönündeki deneyimlere, *satori*'ye hiç erişilmese bile değer verilmektedir. Dr. Suzuki bir keresinde, bu hususu şu şekilde örneklemişti: Eğer mutlak karanlık içindeki bir odaya bir mum getirilirse, karanlık kaybolur ve ışık vardır. Oraya on, yüz ya da bin mum daha eklenirse oda giderek aydınlanır. Fakat yine de belirleyici değişikliğe, karanlığa nüfuz eden ilk mum neden olmuştur.[60]

Analiz sürecinde ne olur? Kişi, bilinçli olarak alçakgönüllü, cesur ve sevgi dolu olduğuna inanırken ilk defa kibirli, korkmuş ve nefret dolu olduğunu hisseder. Yeni içgörüsü onu incitebilir ama bir kapıyı da açar; kendi içinde bastırdığı şeyleri başkalarına yansıtmayı bırakmasını sağlar. İlerler; içindeki bebeği, çocuğu, yetişkini, suçluyu, deliyi, azizi, sanatçıyı, erkeği *ve* dişiyi yaşar; insanlıkla, evrensel insanla daha derinden ilişki kurar. Daha az şeyi bastırır, daha özgürdür, daha az yansıtma, daha az düşünme ihtiyacı duyar; o zaman, ilk defa renkleri nasıl gördüğünü, topun yuvarlanışını nasıl gördüğünü, şimdiye kadar müziği sadece dinlemişken kulaklarının birden müziğe nasıl tamamen açıldığını deneyimler. Diğerleriyle tek olduğunu hissedince kendi kişisel ayrı egosunun, tutunulacak, geliştirilecek kurtarılacak *bir şey* olduğu yanılsamasını bir parça görebilir. Yaşamın cevabını kendisi olarak, kendisi haline gelerek aramak yerine kendisine *sahip olarak* aramanın beyhudeliğini yaşar. Tüm bunlar, hiçbir düşünsel içeriği olmayan beklenmedik, ani deneyimlerdir; yine de sonrasında kişi kendini daha özgür, daha güçlü, öncekinden daha az kaygılı hisseder.

60 Hatırladığım kadarıyla, karşılıklı bir görüşmemizde.

Şimdiye kadar amaçlardan bahsettik ve Freud'un bilinçdışını bilince dönüştürme ilkesi nihai sonucuna kadar izlenecek olursa aydınlanma kavramına yaklaşılacağını öne sürdüm. Fakat bu amaca ulaşma *yöntemlerine* gelince, psikanaliz ile Zen, aslında tamamen farklıdır. Zen'in yönteminin, algının yabancılaşmış haline "oturma", koan ve üstadın otoritesi kanalıyla cepheden saldırı şeklinde olduğu söylenebilir. Elbette bütün bunlar, Budist düşünce, üstatta ve manastırın havasında yerleşik etik değerler ile davranış öncülünden ayrı tutulabilecek bir "teknik" değildir. Bunun "haftada beş saatlik" bir uğraş olmadığı ve oraya Zen eğitimi için gelen bir öğrencinin en önemli kararı, yani sonradan olacakların önemli bir kısmını teşkil eden kararı vermiş olduğu unutulmamalıdır.

Psikanalizin yöntemi Zen'in yönteminden tamamen farklıdır. Bilinci, bilinçdışını ele geçirmesi için farklı bir şekilde eğitir. Dikkati, çarpıtılmış algıya yönlendirir; kişinin kendi içindeki hayal ürününü tanımasını sağlar; bastırılmışlığı kaldırarak insani deneyimin alanını genişletir. Analitik yöntem, psikolojik-gözleme dayalıdır. Kişinin çocukluktan itibaren ruhsal gelişmesini inceler ve kişinin şimdi bastırmakta olduğu şeyi yaşamasına yardımcı olmak için önceki deneyimlerinden kurtarmaya çalışır. Kişinin içinde mevcut dünya hakkındaki yanılsamalarını bir bir ortaya çıkararak parataksik distorsiyonların ve yabancılaşmış düşünselleştirmelerin azalmasını sağlar. Bu süreçten geçen kişi, kendine daha az yabancılaşmış bir hale gelerek dünyaya da daha az yabancılaşır; kendi içindeki evrenle iletişimi başlattığı için dışarıdaki evrenle de iletişim kurar. Sahte bilinç ve onunla birlikte bilinç/bilinçdışı arasındaki kutuplaşma da yok olur. "Dağların yine dağ olduğu" yeni bir gerçekçilik doğar. Psikanaliz yöntemi, sadece bir yöntem, bir hazırlıktır; ama Zen yöntemi de öyledir. Bir yöntem olduğu için asla amaca ulaşma garantisini veremez. Bu

edinimi sağlayan faktörler, bireyin kişiliğinin derinliklerinde köklenmiştir ve nereden bakılırsa bakılsın, onların çok azını biliriz.

Bilinçdışını ortaya çıkarma yöntemi, nihai sonuçlarına kadar götürülürse, Zen'de en radikal ve gerçekçi şekilde ifade edilen felsefi bağlamda aydınlanmaya giden yolda bir basamak olabileceğini ileri sürmüştüm. Fakat ne kadar ilerleyebileceğini, bu yöntemi uygularken gerçekleşen çok fazla miktarda ileri deneyim gösterecektir. Burada belirtilen bakış açısı, sadece bir olasılığı belirtir ve test edilmesi gereken bir varsayım özelliği taşır.

Fakat daha kesin olarak söylenebilecek şey, Zen bilgisinin ve onunla ilgilenmenin psikanalizin teorisi ile tekniğinde en verimli ve açıklayıcı etkiyi yapacağıdır. Kendisi gibi yöntemi de psikanalizden farklı olan Zen, odağı keskinleştirip içgörünün yapısına yeni bir ışık tutabilir ve görülecek şeyin, yaratıcı olacak şeyin, duygusal kirlenmeleri ve sahte düşünselleştirmeleri yenecek şeyin duyusunu yükseltebilir ki, bunlar özne-nesne bölünmesine dayalı deneyimin gerekli sonuçlarıdır.

Düşünselleştirme, otorite ve egonun kuruntuları bakımından tam da radikalliğiyle ve esenlik amacı üzerinde durmasıyla Zen düşüncesi, psikanalistin ufkunu derinleştirip genişletecek ve tam, bilinçli bir farkındalığın nihai amaç olmasında, daha radikal bir gerçeğin kavranması kavramına ulaşılmasında yardımcı olacaktır.

Zen ile psikanaliz arasındaki ilişki üzerine daha fazla yorum yapılabilirse, psikanalizin Zen öğrencisi için önemli olabileceği düşünülebilir. Ben bunu, sahte aydınlanma (elbette bu bir aydınlanma değildir), tamamen öznel, psikotik veya histerik bir fenomene ya da kendiliğinden oluşan bir trans haline dayalı sahte aydınlanma tehlikesinden kaçınmayı sağlayan bir yardım olarak tasavvur ediyorum. Analizle açıklığa kavuşma,

Zen öğrencisine, yanılsamalardan kaçınmakta yardımcı olabilir ki, yanılsama olmaması aydınlanmanın en önemli şartıdır.

Zen, psikanalizi her ne için kullanırsa kullansın, Batılı bir psikanalistin bakış açısından Doğu'nun bu kıymetli hediyesine, özellikle de Dr. Suzuki'ye şükranlarımı ifade etmek isterim. Dr. Suzuki, bu konuyu öyle bir şekilde ifade etti ki, Doğu düşünce tarzını Batı düşünce tarzına çevirme girişiminde, konu özünden hiçbir şey kaybetmedi; böylece Batılı biri, zahmet ederse, hedefe ulaşmadan önce olabileceği kadarıyla Zen hakkında bir anlayışa erişebilir. "Buda niteliği hepimizin içinde", yani insanla varoluşun evrensel kategoriler olduğu ve gerçeğin dolaysız kavranması, uyanma ve aydınlanmanın evrensel deneyimler olduğu gerçeği olmasaydı böyle bir anlayış nasıl olabilirdi?

Psikanaliz ve Zen, insanın doğasıyla ve dönüşümüne yol açan bir pratikle ilgili olmalarına rağmen aralarındaki farklılıklar benzerliklerden daha ağır basar. Psikanaliz bilimsel bir yöntemdir, dinden tamamen bağımsızdır. Zen, "aydınlanmaya" erişme tekniği ve teorisi olup Batı'da dini veya mistik olarak görülebilecek bir deneyimdir. Psikanaliz ruhsal bozukluklara dair bir tedavidir, Zen ise bir tinsel kurtuluş yoludur. Psikanaliz ile Zen-Budizm arasındaki ilişkiye dair bir inceleme, aralarında köklü ve bağlantı kurulamayacak derecede farklılık bulunduğuna dair bir açıklamadan başka bizi hangi sonuca götürebilir?



12,50 TL

ISBN 978-605-02-0620-3



SAY YAYINLARI